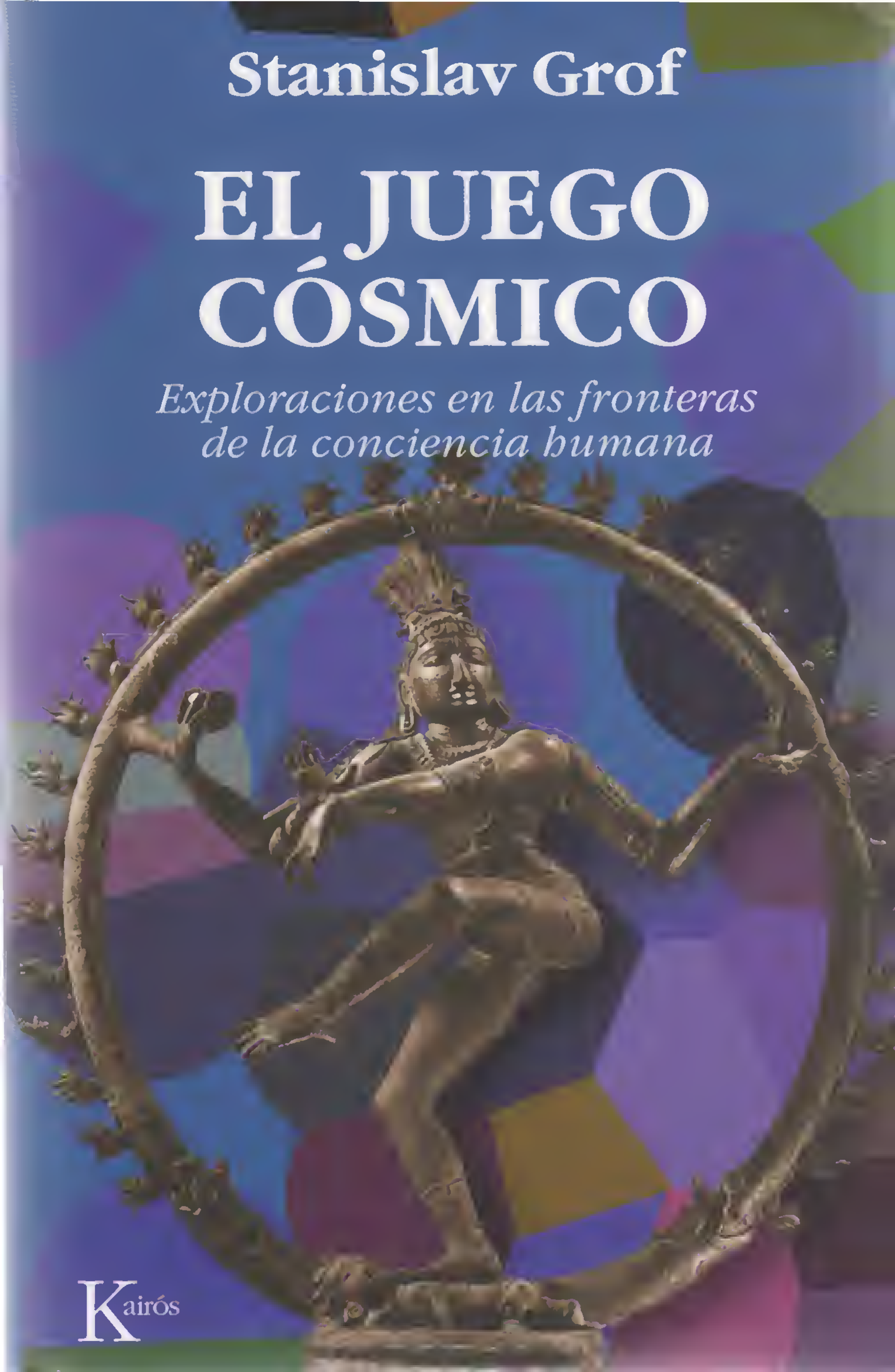

Stanislav Grof
EL JUEGO CÓSMICO
Exploraciones en las fronteras de la conciencia humana
Kairós



Foto: J. Rogers

En *El juego cósmico*, Stanislav Grof desarrolla sus más amplias concepciones filosóficas y espirituales, abordando aquellas cuestiones fundamentales de la existencia que desde tiempos inmemoriales se han planteado los seres humanos.

En *El juego cósmico* se arranca de los estados no ordinarios de conciencia y se describe la realidad como un juego asombroso del principio cósmico creador que trasciende el tiempo, el espacio, la causalidad lineal y todo tipo de polaridades; un juego que sugiere que la psique individual, cuando alcanza su máximo potencial, posee la misma identidad que el principio creador universal y la totalidad de la existencia. Esta identidad transpersonal es el secreto y el núcleo de las grandes tradiciones espirituales.

Algunas opiniones sobre *El juego cósmico*:

> «Lo que hace del libro de Grof un clásico es que concuerda sustancialmente con la gran sabiduría del mundo y con sus tradiciones espirituales. Esta confirmación moderna de la filosofía perenne es un logro fenomenal que merece ser difundido lo más ampliamente posible.»
>
> KEN WILBER

> «*El juego cósmico* tal vez sea la obra más importante de Grof, pues supone una integración de las experiencias más decisivas de sus clientes y demuestra una convergencia notable con las experiencias espirituales más profundas, sedimentadas a lo largo de los siglos y de las culturas. Esta convergencia es un hallazgo enormemente significativo.»
>
> ROGER WALSH

> «Grof es una autoridad mundial en la exploración de la mente y del alma... ¡Este libro es un regalo maravilloso!»
>
> CHARLES TART

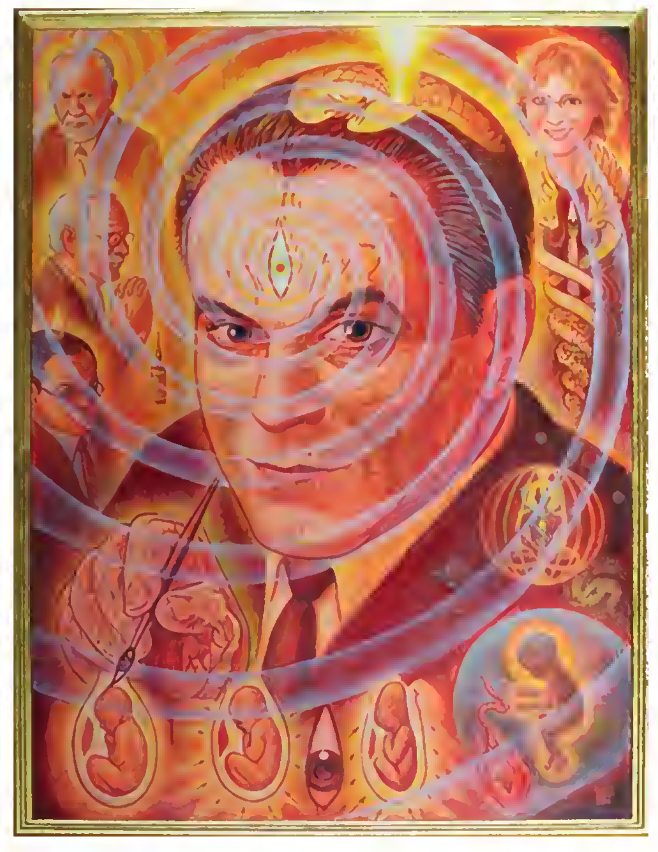
Stanislav Grof dirige el Programa de Formación Transpersonal Grof y enseña en el Instituto Californiano de Estudios Integrales. Ha sido profesor de Psiquiatría en la Facultad de Medicina de la Universidad Johns Hopkins, y profesor titular en el Instituto Esalen. Otras obras de este autor publicadas por Kairós se anuncian en las solapas de este libro.

Diseño portada: Ana y Agustín Pániker


978-84-7245-414-9
9 788472 454149

Colección Ensayo

EL JUEGO CÓSMICO



"Stanislav Grof" por Alex Grey

Stanislav Grof

EL JUEGO CÓSMICO

Exploraciones de las fronteras de la conciencia humana

Traducción del inglés de Alfonso Colodrón

editorial Kairós

Numancia 117-121
08029 Barcelona
España

Título original: THE COSMIC GAME

Primera edición: Mayo 1999
Cuarta edición: Mayo 2008

ISBN-10: 84-7245-414-2
ISBN-13: 978-84-7245-414-9
Depósito legal: B-23.599/2008

Fotocomposición: Beluga y Mleka, s.c.p. Córcega 267. 08008 Barcelona
Impresión y encuadernación: Romanyà-Valls, S.A. Verdaguer, 1. 08786 Capellades

Este libro ha sido impreso con papel certificado FSC, proviene de fuentes respetuosas con la sociedad y el medio ambiente y cuenta con los requisitos necesarios para ser considerado un "libro amigo de los bosques".

AGRADECIMIENTOS

Este libro constituye un intento de resumir las visiones penetrantes, filosóficas y espirituales de mis cuarenta años de itinerario personal y profesional dedicados a la exploración de las fronteras no cartografiadas de la psique humana. Ha sido un peregrinaje complejo, difícil, que a veces ha supuesto muchos retos y que no podría haber recorrido solo. A lo largo de los años he recibido una inapreciable ayuda, inspiración y aliento de numerosas personas. Algunas de ellas han sido amigos íntimos, otras, maestros importantes, pero, en todo caso, casi todas ellas han ejercido una gran influencia en mi vida en ambos roles. No puedo darles las gracias a todas ellas una a una, pero algunas merecen una mención especial.

Angeles Arrien, antropóloga e hija de un "creador de visiones", –un maestro espiritual de la tradición mística vasca– ha sido durante muchos años una verdadera amiga y una maestra importante. Inspirándome en sus cuarenta años de formación y práctica espirituales, ha sido un vivo ejemplo de cómo integrar los aspectos femenino y masculino de nuestra psique y de cómo «recorrer la senda mística con pies prácticos».

Gregory Bateson, pensador original y de gran influencia, y con el que tuve el privilegio de compartir cientos de horas de intercambios de ideas personales y profesionales durante los dos años y medio en que ambos fuimos profesores titulares en el Instituto Esalen, en Big Sur, California, fue para mí uno de mis grandes

maestros y uno de mis amigos más queridos. A lo largo de nuestras conversaciones, nunca aceptó del todo la dimensión mística. Sin embargo, la lógica incansable de su mente inquisitiva suscitaba una crítica incisiva del pensamiento mecanicista de la ciencia que proporcionó una gran apertura a la visión transpersonal.

La obra de David Bohm ha supuesto una de las contribuciones más importantes a mis esfuerzos de establecer conexiones entre mis propios hallazgos sobre la naturaleza y dimensiones de la conciencia humana, por una parte, y la visión científica del mundo por otra. Su modelo holográfico del universo ha supuesto un hallazgo inestimable para mis propias formulaciones teóricas. El hecho de que el modelo del cerebro de Karl Pribram se base también en principios holográficos ha sido especialmente importante para elaborar este trabajo puente.

Joseph Campbell, brillante pensador, contador de historias, extraordinario maestro y durante muchos años un buen amigo, me enseñó a entender el significado de la mitología y su función de puente para acceder a los territorios de lo sagrado. Él ejerció una poderosa influencia en mi propio pensamiento, y sus contribuciones a mi vida personal fueron igualmente profundas. Hoy día considero que la mitología, tal como ha sido entendida por C. G. Jung y Joseph Campbell, es de una importancia fundamental para la psicología, la espiritualidad y la religión.

El libro innovador de Fritjof Capra, *El Tao de la Física*, ejerció una enorme influencia en mi propia búsqueda intelectual. Al mostrar la convergencia entre la física de la relatividad de los quántums y las filosofías espirituales orientales, me hizo concebir la esperanza de que la espiritualidad y la psicología transpersonal llegarían un día a ser una parte imprescindible de un paradigma científico más amplio. Esta obra me ayudó enormemente a liberarme de las limitaciones ideológicas de mi propia formación académica. Nuestra amistad a lo largo de años ha sido una gran fuente de inspiración.

El hermano David Steindel-Rast, monje benedictino y filósofo, me ha ayudado a entender la diferencia que existe entre espi-

ritualidad y religión. Más concretamente, me enseñó a apreciar el núcleo místico del cristianismo y la naturaleza del mensaje original de Jesús, que en mi juventud habían sido oscurecidos por la compleja y desorientadora historia de las distintas iglesias cristianas.

Michael Harner, que ha sido capaz de integrar de una forma única su formación académica como antropólogo y su iniciación chamánica en el Amazonas, es uno de mis mejores amigos y también un importante maestro. De él he sido capaz de aprender a apreciar de un modo profundo, tanto teórica como existencialmente, el chamanismo, que sigue siendo la religión y el arte de sanar más antiguos de la humanidad. Esto ha sido para mí un complemento importante a mis experiencias directas con chamanes de América del Norte, mejicanos, de América del Sur y africanos.

Albert Hofmann ha ejercido indirectamente una influencia más profunda en mi vida profesional y personal que ninguna otra persona. Su descubrimiento afortunado y casual de los poderosos efectos psicodélicos del LSD me llevó a tener la primera experiencia con esta sustancia en 1956, cuando estaba empezando mis estudios de psiquiatría. Este experimento generó un profundo interés en los estados no ordinarios de conciencia y ha cambiado toda mi vida, tanto personal como profesional.

Jack Kornfield es un buen amigo, colega, instructor espiritual y un auténtico maestro en el manejo de "herramientas útiles" en la sala de meditación y en la vida cotidiana. Ha sido capaz de reunir e integrar de una forma extraordinaria años de entrenamiento como monje budista y su formación académica occidental en psicología. Todos los que le hemos conocido, amigos y discípulos, admiramos su compasión, su sabiduría y su extraordinario sentido del humor. Durante las dos décadas en las que hemos estado en contacto, hemos codirigido muchos seminarios y retiros. Probablemente he aprendido de él más sobre el budismo y la espiritualidad que de todos los libros que he leído sobre estos temas.

Ervin Laszlo, el representante más destacado de la filosofía de sistemas y la teoría de la evolución general, ha ejercido una

importante influencia en mi vida profesional. Sus libros, en los que ha logrado formular las líneas generales de una ciencia unificada –de la materia, la vida y la mente–, así como las conversaciones personales que he mantenido con él, me han proporcionado el marco conceptual más adecuado para comprender mis propias experiencias y observaciones. Estas conversaciones me permitieron integrar mis descubrimientos en una visión del mundo más amplia que une la espiritualidad y la ciencia.

Ralph Metzner, psicólogo y psicoterapeuta, que aúna una rara combinación de conocimiento académico riguroso, espíritu aventurero y preocupación por la naturaleza y el futuro de la humanidad, ha sido desde nuestro primer encuentro, hace treinta años, un amigo y compañero en esta búsqueda especial. También ha sido un modelo sólido para el mantenimiento de mi equilibrio emocional y del rigor intelectual ante experiencias y observaciones inquietantes que suponían un reto.

Ram Dass, otro miembro de un íntimo círculo de amigos especiales, ha sido uno de los más importantes maestros espirituales. Encarna una combinación única de todas las clases de yoga –*jñana, bhakti, karma* y *raja*– y ha desempeñado en nuestra cultura el papel de buscador espiritual arquetípico que ha podido expresar con una enorme honradez todos los logros y fracasos de su búsqueda espiritual. No recuerdo ni una sola vez a lo largo de cada uno de nuestros numerosos encuentros que no me haya enriquecido con alguna visión penetrante y alguna idea singular.

Rupert Sheldrake ha llamado mi atención con una claridad incisiva e infrecuente sobre las limitaciones de la corriente dominante de la ciencia actual. Esto me ayudó a estar más abierto a nuevas observaciones y a confiar en mi propio juicio, aunque mis descubrimientos contradijeran los presupuestos metafísicos básicos de los marcos conceptuales dentro de los que me había formado. Encontré particularmente importante para mi trabajo su énfasis en la necesidad de encontrar explicaciones adecuadas para la forma, el patrón, el orden y el sentido.

Rick Tarnas, psicólogo, filósofo y astrólogo, ha sido uno de

mis mejores amigos y una constante fuente dc inspiración de ideas nuevas. Durante los años que vivimos en el Instituto Esalen en Big Sur, California, y más recientemente en las clases que hemos dado conjuntamente en el Instituto Californiano de Estudios Integrales (CIIS), exploramos las correlaciones extraordinarias que existen entre los estados holotrópicos de conciencia, la psicología arquetípica y la astrología de los tránsitos. Gracias a su investigación metodológica, Rick me ha ayudado a apreciar profundamente el gran diseño que subyace en la creación.

Charles Tart ha sido para mí un ejemplo de académico brillante y consumado que ha tenido el valor, la honradez y la integridad de mantener sin compromisos lo que cree que es verdad y de seguir caminos heterodoxos de investigación, aunque fueran tan controvertidos y mal entendidos como la parapsicología y la espiritualidad. Le admiro y he aprendido mucho de él.

Frances Vaughan y Roger Walsh son pioneros y figuras relevantes en el campo de la psicología transpersonal. Ella y él son compañeros de vida y de trabajo, y les doy las gracias como pareja. Para mí han sido una fuente de inspiración continua, apoyo y ánimo. En sus conferencias, seminarios y escritos, así como en su vida personal, han estado construyendo la posibilidad de integrar ciencia, espiritualidad y una vida armoniosa. Ha sido maravilloso tenerles como amigos y colegas.

Ken Wilber ha contribuido más que nadie a establecer los fundamentos filosóficos sólidos de una futura reconciliación de la ciencia y la espiritualidad. Su serie de libros pioneros han sido una verdadera hazaña, al brindar una síntesis extraordinaria de datos procedentes de una amplia variedad de áreas y disciplinas, tanto orientales como occidentales. Aunque ocasionalmente hemos estado en desacuerdo sobre detalles, su obra ha sido para mí una rica fuente de información, estímulo y desafío conceptual. También aprecio enormemente sus comentarios críticos sobre esta obra.

Siento igualmente un enorme agradecimiento hacia John Buchanan por la inspiración y el humor que aportó a nuestras vidas

y por el generoso apoyo que ha brindado a mi trabajo a lo largo de todos estos años. Por último, aunque no por ello es menos importante, me gustaría expresar la elevada estima en que tengo a Robert McDermott, presidente del Instituto Californiano de Estudios Integrales, por la extraordinaria generosidad y apertura de espíritu con la que apoya y alienta el libre intercambio de ideas en el controvertido campo de la psicología transpersonal. También le estoy agradecido por los reflexivos e inestimables comentarios que me hizo tras leer el manuscrito de este libro.

Mi agradecimiento especial se dirige a los miembros más inmediatos de mi familia con los que he compartido el entusiasmo y las vicisitudes de mi tormentoso itinerario personal y profesional, y que han sido una fuente constante de apoyo y aliento: mi esposa Christina, mi hermano Paul y mis padres ya fallecidos. Christina y yo hemos desarrollado juntos el método de respiración holotrópica, que ha constituido una importante fuente de datos para este libro y que he utilizado en nuestros talleres y formación en todo el mundo. Siento una profunda gratitud por todo lo que ella ha contribuido al itinerario espiritual que hemos compartido a lo largo de años. Me gustaría también expresar mi aprecio a Cary y Tav Sparks, que han desempeñado un importante papel en mi vida al ser amigos íntimos y, al mismo tiempo, colaboradores de plena confianza, altamente competentes y entregados a su labor.

Muchas personas cuyas contribuciones a este libro fueron absolutamente esenciales y fundamentales tendrán que permanecer anónimas. Me estoy refiriendo aquí a los miles de personas con las que he trabajado a lo largo de los años y que han comentado conmigo sus experiencias y visiones profundas de los estados no ordinarios de conciencia. Siento un gran respeto por su valor en explorar las dimensiones ocultas de la realidad y una gran gratitud por la apertura y honradez con la que han compartido conmigo sus extraordinarias aventuras. Sin ellas, este libro no podría haber sido escrito.

1. INTRODUCCIÓN

> La experiencia más hermosa que podemos tener es la del misterio... Aquél a quien esta emoción le es desconocida y que ya no puede hacer un alto para maravillarse y entrar en un rapto de sobrecogimiento, está ya muerto.
>
> ALBERT EINSTEIN

> Utiliza la luz que tienes dentro para recuperar tu natural claridad de visión.
>
> LAO-TSE

Este libro aborda algunas de las preguntas más fundamentales de la existencia que los seres humanos se han estado haciendo desde tiempo inmemorial. ¿Cómo nació nuestro universo? ¿Es el mundo en que vivimos un simple producto de procesos mecánicos en el que sólo interviene una materia inanimada, inerte y reactiva? ¿Tenemos que admitir la existencia de una inteligencia cósmica superior y responsable de la creación y de la evolución del cosmos? ¿Puede explicarse la realidad material sólo con las leyes naturales o comporta fuerzas y principios que se escapan a las descripciones de dichas leyes?

¿Cómo podemos armonizar dilemas como lo finito del tiempo y del espacio frente a la eternidad y a lo infinito? ¿Cuál es el origen del orden, de la forma y del sentido del universo? ¿Cuál es la relación entre la vida y la materia, y entre la conciencia y el ce-

rebro? Muchos de los temas que sondearemos en este libro han tenido una gran relevancia para la vida cotidiana. ¿Cómo podríamos entender el conflicto aparente entre el bien y el mal, el misterio del *karma* y de la reencarnación, y el problema del sentido de la vida humana?

Éstas no son preguntas que se formulen habitualmente en el contexto de la práctica psiquiátrica o de la investigación psicológica. No obstante, en mi trabajo como psiquiatra, estas preguntas han surgido de una forma espontánea y con una urgencia extraordinaria en la mente de muchas de las personas con las que he trabajado. Esto se ha debido al inusual ámbito de estudio que ha sido mi principal centro de interés durante los cuarenta años de mi vida profesional: la investigación de los estados no ordinarios de conciencia.

Este interés comenzó de una forma totalmente inesperada y espectacular en 1956, sólo pocos meses después de haber obtenido la licenciatura en medicina, cuando me presenté como voluntario para un experimento con LSD en el Departamento de Psiquiatría de la facultad de medicina de Praga, en Checoslovaquia. Esta influencia influyó profundamente en mi vida personal y profesional y me proporcionó la inspiración para comprometerme a lo largo de mi vida en la investigación de la conciencia.

Aunque he estado interesado en todo el espectro de los estados no ordinarios de conciencia, he tenido una experiencia más personal con la investigación psicodélica, el trabajo terapéutico con personas que atraviesan crisis psicoespirituales espontáneas y la respiración holotrópica, método que he desarrollado conjuntamente con mi esposa Christina. En la terapia psicodélica, los estados no ordinarios de conciencia son inducidos por medios químicos; en los casos de emergencia espiritual se producen espontáneamente y por razones desconocidas en medio de la vida cotidiana; en la respiración holotrópica son facilitados por una combinación de respiración acelerada, música evocadora y una forma concreta de poner atención en el trabajo corporal. En este libro me basaré en estos tres campos, puesto que las comprensiones penetrantes de todos ellos son muy similares, cuando no idénticas.

La investigación de la conciencia y la filosofía perenne

En mis anteriores publicaciones he descrito las importantes implicaciones que tiene el estudio sistemático de los estados no ordinarios de conciencia para la comprensión de los trastornos emocionales y para la psicoterapia (Grof 1985, 1992). Este libro tiene un enfoque mucho más amplio y general: explora las comprensiones profundas y extraordinarias, tanto filosóficas como metafísicas y espirituales, que han surgido a lo largo de este trabajo. Las experiencias y observaciones de esta investigación han revelado importantes aspectos y dimensiones de la realidad que habitualmente están ocultos a nuestra conciencia cotidiana.

A lo largo de siglos, estas experiencias y los ámbitos de la existencia que desvelan han sido descritos en el contexto de filosofías espirituales y de tradiciones místicas como el vedanta, el budismo hînayâna y el mahâyâna, el taoísmo, el sufismo, el gnosticismo, el misticismo cristiano, la cábala y muchos otros sistemas espirituales muy sofisticados. Los descubrimientos de mi investigación y los de la investigación contemporánea sobre la conciencia en general confirman y apoyan esencialmente las tesis de estas antiguas enseñanzas. En consecuencia, dichos descubrimientos se hallan radicalmente en conflicto con la mayoría de los presupuestos fundamentales de la ciencia materialista en lo que se refiere a la conciencia, la naturaleza humana y la naturaleza de la realidad. Claramente indican que la conciencia no es un producto del cerebro, sino un principio primordial de la existencia y que, además, desempeña un papel esencial en la creación del mundo fenoménico.

Esta investigación también cambia radicalmente nuestro concepto de la psique humana, al mostrar que, cuando alcanza todo su potencial, la psique de cada uno de nosotros está esencialmente en armonía con toda la existencia y, en última instancia, tiene la misma identidad que el principio cósmico creador en sí mismo. Aunque esta conclusión desafía seriamente la visión del mundo de las sociedades tecnológicas actuales, concuerda total-

mente con la imagen de la realidad que se encuentra en las grandes tradiciones espirituales y místicas del mundo, y que el escritor y filósofo angloamericano Aldous Huxley denominó "filosofía perenne" (Huxley 1945).

Las investigaciones modernas sobre la conciencia han generado importantes datos que apoyan las tesis básicas de la filosofía perenne y han revelado la existencia de un gran diseño significativo que subyace a toda la creación; igualmente han mostrado que toda la existencia está impregnada de una inteligencia superior. A la luz de estos nuevos descubrimientos la espiritualidad se afirma como un empeño importante y legítimo de la vida humana, puesto que refleja una dimensión crítica de la psique humana y del orden del universo. Las tradiciones místicas y las filosofías espirituales del pasado han sido desechadas a menudo e incluso ridiculizadas por ser "irracionales" y "anticientíficas". Es éste un juicio desinformado, infundado y carente de toda justificación. Muchos de los grandes sistemas espirituales son productos de siglos de una profunda exploración de la psique y la conciencia humanas que en muchos aspectos se parece a la investigación científica.

Estos sistemas ofrecen instrucciones detalladas sobre los métodos de inducir experiencias espirituales en las que basan sus tesis filosóficas. Para ello han reunido sistemáticamente datos extraídos de estas experiencias y los han sometido a un consenso colectivo de validación, generalmente a lo largo de un período de muchos siglos. Éstas son exactamente las etapas necesarias para obtener un conocimiento válido y fiable en cualquier campo de investigación científica (Smith 1976; Wilber 1997). Es muy alentador el que las afirmaciones de diversas escuelas de filosofía perenne puedan ahora sostenerse por datos procedentes de la investigación actual sobre la conciencia.

Los enfoques de introspección que hacen posible esta validación, tal como se describen en este libro, no exigen el mismo grado de compromiso y sacrificio personal que las antiguas prácticas espirituales. Por otro lado, son más accesibles y prácticos

para los occidentales que están atrapados en la complejidad de la vida moderna. El uso de psicodélicos ha sido desvirtuado por la generalización de una experimentación sin supervisión y actualmente se halla seriamente obstaculizado por una serie de restricciones administrativas y legales. Sin embargo, la respiración holotrópica es un método que está al alcance de cualquier persona interesada en investigar la validez de las comprensiones descritas en este libro. Las experiencias de nuestros talleres realizados en todo el mundo y la retroalimentación que hemos recibido de varios centenares de personas que han completado nuestra formación y facilitan actualmente sesiones de respiración holotrópica me han convencido de que las observaciones que he descrito en este libro son plenamente experimentables.

Estados holotrópicos de conciencia

Antes de empezar a explorar las comprensiones penetrantes de mi trabajo, espirituales y filosóficas, me gustaría explicar en qué sentido utilizo en este libro la expresión *estados no ordinarios de conciencia.* Mi interés fundamental es el de centrarme en experiencias que supongan una fuente útil de datos sobre la psique humana y la naturaleza de la realidad, particularmente aquéllos que revelan diversos aspectos de la dimensión espiritual de la existencia. Me gustaría igualmente examinar el potencial sanador, transformador y evolutivo de dichas experiencias. A este respecto, la expresión *estados no ordinarios de conciencia* es demasiado general, puesto que incluye una amplia gama de estados que no son interesantes o relevantes desde este punto de vista.

La conciencia puede ser profundamente modificada por una variedad de procesos patológicos: por traumas cerebrales, por intoxicaciones con venenos, por infecciones o por procesos degenerativos y circulatorios del cerebro. Sin duda, estas diversas condiciones físicas pueden tener como consecuencia profundos cambios mentales que podrían incluirse en la categoría de *esta-*

dos no ordinarios de conciencia. Sin embargo, lo que producen son "delirios parciales" o "psicosis orgánicas", estados que son muy importantes clínicamente, pero que no son relevantes para nuestra exposición. Las personas que padecen estados de delirio se caracterizan por una pérdida de orientación. Pueden estar confundidas hasta tal punto que no saben quiénes son, ni dónde están o en qué mes o año viven. Como característica típica manifiestan una perturbación de las funciones intelectuales y padecen una amnesia inmediata respecto a las experiencias que acaban de tener.

Por ello reduciré esta exposición a un amplio e importante subgrupo de estados no ordinarios de conciencia a los que la psiquiatría contemporánea no ha dado un término específico. Como estoy convencido de que merecen distinguirse del resto y ser situados en una categoría especial, he acuñado para ellos el nombre de *holotrópicos* (Grof 1992). Esta palabra compuesta significa literalmente "orientada a la totalidad" o "que se mueve en dirección a la totalidad" (de la palabra griega *holos* = todo, y *trepein* = moverse hacia o en dirección a algo). El significado completo de este término y la justificación de su utilización se irán aclarando a lo largo de este libro. El término sugiere que en nuestro estado cotidiano de conciencia no estamos realmente enteros; estamos fragmentados e identificados sólo con una pequeña fracción de lo que realmente somos.

Los estados holotrópicos se caracterizan por una transformación específica de la conciencia acompañada de cambios perceptivos en todas las zonas sensoriales, con emociones intensas, a menudo insólitas, y con profundas alteraciones de los procesos de pensamiento. También suelen hallarse asociadas con una variedad de intensas manifestaciones psicosomáticas y de formas de comportamiento no convencionales. La conciencia se ve modificada cualitativamente de una forma profunda y fundamental, pero, a diferencia de los estados de delirio, no se ve gravemente impedida. En los estados holotrópicos experimentamos la intrusión de otras dimensiones de existencia que pueden ser muy in-

tensas e incluso abrumadoras. Sin embargo, al mismo tiempo, solemos permanecer plenamente orientados y no perdemos totalmente el contacto con la realidad cotidiana. Por el contrario, experimentamos simultáneamente dos realidades muy diferentes.

Los cambios extraordinarios de apreciación sensorial representan un aspecto muy importante y característico de los estados holotrópicos. Con los ojos abiertos, es típico ver profundos cambios en las formas y colores del entorno. Cuando cerramos los ojos podemos ser desbordados por imágenes procedentes de nuestra historia personal y del inconsciente colectivo. Todo esto puede ir acompañado de una amplia variedad de experiencias en las que participan todos los sentidos: sonidos diversos, sensaciones físicas, olores y sabores.

Las emociones asociadas con los estados holotrópicos cubren un amplio espectro que se extiende mucho más allá de los límites de nuestra experiencia cotidiana. Abarcan desde sentimientos de éxtasis, bienaventuranza celestial y "paz que sobrepasa toda comprensión", a episodios de terror abismal, cólera insuperable, profunda desesperación, culpabilidad devoradora y otras formas de extremo sufrimiento emocional. La intensidad de estas experiencias de agonía puede compararse a las descripciones de las torturas del infierno en algunas de las grandes religiones del mundo. Las sensaciones físicas que acompañan a estos estados se hallan igualmente polarizadas. Dependiendo del contexto de la experiencia, pueden abarcar desde una sensación de salud y bienestar extraordinarios, un funcionamiento fisiológico óptimo y sensaciones sexuales orgásmicas de enorme intensidad, a una extrema incomodidad, como dolores insoportables, opresión, náuseas o sentimientos de asfixia.

Un aspecto particularmente interesante de los estados holotrópicos es el efecto que tienen sobre los procesos de pensamiento. El intelecto no se ve disminuido, pero funciona de una forma significativamente diferente de su funcionamiento cotidiano. Aunque podamos no ser capaces de confiar en estos estados o en nuestro juicio para los asuntos prácticos ordinarios, podemos ser

literalmente desbordados por una información nueva y digna de ser tenida en cuenta sobre una gran variedad de temas. Podemos alcanzar profundas comprensiones psicológicas en relación con nuestra historia personal, la dinámica inconsciente, las dificultades emocionales y los problemas interpersonales. También podemos tener la experiencia de revelaciones extraordinarias relativas a diversos aspectos de la naturaleza y del cosmos, y que trascienden nuestra formación educativa e intelectual. Las comprensiones penetrantes más interesantes a las que se tiene acceso en los estados holotrópicos giran alrededor de temas filosóficos, metafísicos y espirituales. La exploración de estas comprensiones penetrantes constituye el centro de interés de este libro.

Comprensiones profundas, filosóficas y espirituales de los estados holotrópicos

El contenido de los estados holotrópicos de conciencia es con frecuencia filosófico y místico. En estos episodios podemos vivir secuencias de muerte y renacimiento psicoespiritual o sentimientos de unidad con otras personas, la naturaleza, el universo y Dios. Podemos desvelar lo que parecen ser recuerdos de otras encarnaciones, encontrar poderosos seres arquetípicos, comunicar con entidades desencarnadas y visitar numerosos territorios mitológicos. El rico espectro de estos estados también incluye experiencias fuera del cuerpo, durante las que la conciencia desencarnada mantiene la capacidad de percepción óptica y puede observar con precisión desde ángulos y distancias inusuales los acontecimientos que se producen en el entorno inmediato del cuerpo o en lugares distintos y remotos.

Las experiencias holotrópicas pueden ser inducidas mediante una variedad de técnicas antiguas y aborígenes, o "tecnologías de lo sagrado". Estos procedimientos combinan de diversas formas el batir del tambor, vibraciones acústicas, sonidos de campanas o gongs, el canto, la danza rítmica, cambios de respiración y el cul-

tivo de formas especiales de atención. Pueden incluir un intenso aislamiento social y sensorial, el ayuno, la privación del sueño, la deshidratación e incluso drásticas intervenciones físicas, como heridas para hacer sangrar, laxantes y purgas de gran efecto, o el infligir dolores agudos. Una tecnología particularmente eficaz de lo sagrado ha consistido en la utilización ritual de plantas y sustancias psicodélicas. Estas técnicas alteradoras de la mente han desempeñado un papel esencial en la historia ritual y espiritual de la humanidad. La inducción de estados holotrópicos ha sido absolutamente esencial para el chamanismo, los ritos de paso y otras ceremonias de las culturas nativas. También fue el elemento clave de los antiguos misterios de muerte y renacimiento que se llevaban a cabo en diferentes partes del mundo y que florecieron particularmente en el área del Mediterráneo. Las experiencias holotrópicas han sido igualmente importantes para diversas ramas místicas de las grandes religiones del mundo. Estas tradiciones esotéricas han desarrollado una diversidad de tecnologías de lo sagrado, de métodos específicos para inducir dichas experiencias. A ellas pertenecen diversas formas del yoga, la meditación y técnicas de concentración, el canto a varias voces, el giro de los derviches, las prácticas ascéticas, el cristianismo hesicasta u "oración de Jesús" y muchas otras.

En la actualidad, el espectro de técnicas alteradoras de la mente se ha enriquecido considerablemente. Los enfoques clínicos que incluyen el uso de alcaloides puros abarcan las plantas psicodélicas o las sustancias psicodélicas de síntesis, y métodos eficaces de psicoterapia vivencial, como la hipnosis, la terapia primal, el renacimiento y la respiración holotrópica. El más popular de los métodos de laboratorio para inducir estados holotrópicos ha sido la privación sensorial, que se basa en diversos grados de reducción de los estímulos sensoriales. Otro método muy bien conocido es el *biofeedback*, que posibilita utilizar la información sobre los cambios que se producen en las propias ondas cerebrales, como orientación para llegar a determinados estados de conciencia. Muchos aparatos electrónicos utilizan el principio

de "inducción" o "conducción" de las ondas cerebrales a través de diversos estímulos acústicos y ópticos.

Es importante recalcar que episodios de estados holotrópicos de diversa profundidad y duración pueden también ocurrir de forma espontánea, sin ninguna causa específica e identificable y, frecuentemente, contra la voluntad de las personas implicadas. Puesto que la psiquiatría moderna no distingue entre los estados místicos o espirituales y los episodios psicóticos, a las personas que experimentan esos estados se les suele diagnosticar como enfermas mentales, se las hospitaliza y se las somete a un tratamiento rutinario a base de fármacos supresivos. Mi esposa Christina y yo hemos sugerido que muchos de estos estados son en realidad crisis psicoespirituales o casos de emergencia espiritual. Si pueden entenderse éstos adecuadamente y las personas que los atraviesan son apoyadas por facilitadores con experiencia, episodios de este tipo pueden conducir a la sanación psicosomática, la apertura espiritual, una transformación positiva de la personalidad y la evolución de la conciencia (Grof y Grof 1990).

Sabiduría antigua y ciencia moderna

Como hemos visto por lo descrito anteriormente, las experiencias holotrópicas constituyen el denominador común de muchas prácticas que, a lo largo de siglos, han conformado la vida ritual, espiritual y cultural de muchos grupos humanos. Este tipo de experiencia ha constituido la principal fuente de cosmologías, mitologías, filosofías y sistemas religiosos que describen la naturaleza espiritual del cosmos y de la existencia. Son la clave para entender la vida espiritual de la humanidad, desde el chamanismo y las ceremonias sagradas de las tribus aborígenes hasta las grandes religiones del mundo. Pero además, y esto es lo más importante, proporcionan líneas prácticas e inestimables de orientación para establecer una estrategia de vida suficientemente rica y satisfactoria para alcanzar la realización máxima de nuestro potencial crea-

tivo. Por todas estas razones es importante que los científicos occidentales se liberen de sus prejuicios materialistas y sometan los estados holotrópicos a una investigación sistemática y ecuánime.

Yo he estado profundamente interesado en todas las categorías de estados holotrópicos de conciencia mencionados anteriormente y he tenido importantes experiencias personales en muchos de ellos. Sin embargo, como ya he mencionado la mayor parte de mi trabajo profesional se ha desarrollado en el campo de la terapia psicodélica, la respiración holotrópica y los casos de "emergencia espiritual". Aunque las experiencias observadas en estas tres situaciones difieren en cuanto a los desencadenantes que los inician, parecen ser extraordinariamente similares en lo que respecta a su contenido vivencial y a las comprensiones profundas, de tipo espiritual y filosófico, que comportan.

A lo largo de mi carrera profesional he dirigido personalmente más de mil sesiones psicodélicas con sustancias como el LSD, la psilocibina, la mescalina, la dipropil-triptamina (DPT) y la metileno-dioxi-anfetamina (MDA), y he tenido acceso a más de dos mil sesiones dirigidas por mis colegas. Una proporción significativa de estas sesiones tuvieron que ver con pacientes psiquiátricos que padecían diversas formas de trastornos emocionales y psicosomáticos, como depresión, psiconeurosis, trastornos psicosomáticos, alcoholismo y drogodependencia.

Otro gran grupo lo constituían pacientes que padecían diversas formas de cáncer, en su mayor parte terminal. En ese estudio, el objetivo no consistía sólo en aliviar la angustia emocional y el agudo dolor físico que acompaña a esta enfermedad, sino también ofrecer a esos pacientes una oportunidad de lograr estados místicos para aliviar su miedo a la muerte, cambiar su actitud hacia ella y transformar su experiencia de lo que supone morir. Los restantes sujetos eran "voluntarios normales", como psiquiatras, psicólogos, trabajadores sociales, clérigos, artistas y científicos pertenecientes a diversas disciplinas, que se presentaban voluntariamente para participar en sesiones psicodélicas en búsqueda de comprensión y visión interior.

Las sesiones de respiración eran llevadas a cabo en el contexto de un programa de entrenamiento a largo plazo de profesionales y de seminarios vivenciales, en los que participaban personas representativas de todos los estratos sociales. A lo largo de los años, mi esposa Christina y yo hemos supervisado más de 30.000 sesiones holotrópicas, la mayoría de ellas realizadas en grupos, y sólo excepcionalmente con una sola persona a nivel individual. Además de la experimentación con sustancias psicodélicas y la respiración holotrópica, también he trabajado con muchas personas que atravesaban crisis psicoespirituales espontáneas. Esto ha ocurrido ocasionalmente como parte de mi vida personal y profesional y no se hacía sistemáticamente como un proyecto específico. Al escribir este libro he utilizado los historiales que he recogido durante más de cuarenta años de trabajo en el campo de los estudios sobre la conciencia. Me he centrado específicamente en aquellas partes de los historiales que describían experiencias y obscrvaciones relacionadas con cuestiones básicas, ontológicas y cosmológicas. Para mi sorpresa, lo que emergía de estos relatos de estados holotrópicos era una amplia altcrnativa lógicamente coherente a la comprensión de la naturaleza humana y de la existencia formulada por la ciencia materialista, que hoy día representa la ideología oficial de la civilización industrial occidental.

Las personas que experimentan estados holotrópicos y los integran eficazmente no desarrollan puntos de vista del mundo idiosincráticos y engañosos que acarreen distorsiones inconexas de la "realidad objetiva". Descubren diversos aspectos parciales de una gran visión sobre un universo creado e impregnado por una inteligencia cósmica superior. En última instancia, este cosmos impregnado de alma está en armonía con su propia psique y su conciencia. Estas comprensiones profundas muestran una similitud notable con la comprensión de la realidad que ha emergido repetidamente, a menudo de forma independiente, a lo largo de la historia y en diferentes partes del mundo. En muchas variantes, esta visión de la realidad ha sido compartida por todas las

personas que han tenido la oportunidad de complementar su experiencia cotidiana de la realidad material con las percepciones penetrantes de los estados holotrópicos de conciencia.

Estos descubrimientos anuncian una buena nueva a millones de occidentales y miembros de las sociedades tecnologizadas que han tenido diversas formas de experiencias holotrópicas y que no han podido integrarlas dentro del sistema de creencias dominantes de sus culturas. A causa de este desajuste, muchos de ellos han llegado a poner en cuestión su propia cordura o han sido cuestionados por los demás, incluidos los profesionales de la salud mental a los que recurrieron en búsqueda de consejo o ante los que fueron llevados en contra de su voluntad. El estudio de los estados holotrópicos reivindica a estas personas y revela los fallos de la psiquiatría contemporánea. También muestra una necesidad urgente de hacer una revisión y un cuestionamiento de nuestra comprensión de la naturaleza humana y de la naturaleza de la realidad.

A medida que los avances revolucionarios de diversas disciplinas de la ciencia moderna continúan deshaciendo el espejismo de la visión del mundo materialista ya superada, empezamos a ver el esbozo de una nueva comprensión más amplia de nosotros mismos, de la naturaleza y del universo. Cada vez es más claro que este enfoque alternativo y emergente de la existencia integrará ciencia y espiritualidad, e introducirá importantes elementos de la sabiduría antigua en nuestro mundo tecnológico. Ya en este momento, tenemos mucho más que un simple mosaico incoherente de teorías revolucionarias o un vago esbozo de dicha visión. Ervin Laszlo ya ha proporcionado una brillante síntesis de los avances teóricos más importantes de los diversos campos de la ciencia moderna (Laszlo 1993). Ken Wilber ha formulado un extraordinario marco interdisciplinario que proporciona los necesarios fundamentos filosóficos para dicha comprensión integral de la realidad (Wilber 1995, 1996, 1997).

Obviamente, cuando esta nueva visión del cosmos se complete, no se tratará de un simple retorno a una comprensión precien-

tífica de la realidad, sino de una síntesis creativa y que abarque de lo mejor del pasado y del presente. Una visión del mundo que preserve todos los logros de la ciencia moderna y, al mismo tiempo, reintroduzca en la civilización occidental los valores espirituales que se han perdido, podría tener una profunda influencia en nuestra vida personal y colectiva. Creo firmemente que las experiencias y observaciones procedentes de los estados holotrópicos que se exploran en este libro constituirán una parte fundamental de esta nueva imagen apasionante de la realidad y de la naturaleza humana que con tanto esfuerzo está naciendo ahora.

2. COSMOS, CONCIENCIA Y ESPÍRITU

A medida que progresemos y despertemos al alma que está en nosotros y en todas las cosas, nos daremos cuenta de que hay conciencia también en la planta, en el metal, en el átomo, en la electricidad y en todas las cosas que pertenecen a la naturaleza física.

SRI AUROBINDO, *La síntesis del yoga*

La diferencia entre la mayoría de las personas y yo es que para mí los "muros divisorios" son transparentes.

C. G. JUNG, *Memorias, sueños y reflexiones*

La visión del mundo de la ciencia materialista

Según la ciencia occidental, el universo es un conjunto enormemente complejo de partículas materiales que se ha creado esencialmente a sí mismo. La vida, la conciencia y la inteligencia son insignificantes y más o menos recién llegados accidentales a la escena cósmica. Al parecer, esos tres aspectos de la existencia aparecieron en una porción ínfima de un inmenso cosmos después de miles de millones de años de evolución de la materia. La vida debe su origen a azarosos procesos químicos en el océano

primordial que reunieron los átomos y las moléculas inorgánicas para formar compuestos orgánicos. La materia orgánica adquirió, en una evolución posterior, la capacidad de autoconservación, reproducción y organización celular. Los organismos unicelulares se unieron en formas de vida multicelulares más amplias y posteriormente se desarrollaron hasta llegar a ser la rica colección de especies que habita en esta Tierra, incluido el *Homo sapiens*.

Se nos dice que la conciencia surgió en las últimas fases de esta evolución a partir de la complejidad de los procesos fisiológicos del sistema nervioso central. Que es un producto del cerebro y que, como tal, está confinado dentro de nucstro cráneo. Desde esta perspectiva, la conciencia y la inteligencia serían funciones limitadas a los seres humanos y a los animales superiores. Por ello, no existen ni pueden existir con independencia de los sistemas biológicos. Según esta forma de entender la realidad, el contenido de nuestra psique está más o menos limitado por la información que hemos recibido del mundo exterior desde el momento de nuestro nacimiento, a través de nuestros órganos sensoriales.

En este punto, los científicos occidentales están básicamente de acuerdo con el viejo dicho de la escuela de filosofía empírica británica: «no hay nada en el intelecto que no estuviera previamente en un órgano sensorial». Esta posición, articulada por primera vez por John Locke en el siglo XVIII, naturalmente excluye la posibilidad de percepción extrasensorial, el acceso a la información de cualquier tipo que no sea vehiculada a través de los sentidos, como la telepatía, la clarividencia o las experiencias fuera del cuerpo en las que se perciben con precisión lugares remotos. Además, la naturaleza y alcance de nuestras percepciones sensoriales viene determinada por las características físicas del entorno, así como por las propiedades fisiológicas y las limitaciones de nuestros sentidos. Por ejemplo, no podemos ver objetos si estamos separados de ellos por una pared sólida. Perdemos de vista el barco que atraviesa la línea del horizonte y somos incapaces de observar el otro lado de la luna. Igualmente, no pode-

mos oír los sonidos si las ondas acústicas creadas por un fenómeno externo no alcanzan nuestros oídos con suficiente intensidad. Cuando estamos en San Francisco, no podemos ver y oír lo que nuestros amigos están haciendo en Nueva York, a menos, por supuesto, que esta percepción sea vehiculada a través de alguna invención tecnológica moderna, como la televisión o el teléfono.

Retos conceptuales procedentes de la investigación actual sobre la conciencia

Las experiencias que se tienen en estados no ordinarios de conciencia desafían seriamente esta comprensión estrecha del potencial de la psique humana y de los límites de nuestra percepción. Lo que podemos experimentar en estos estados no está limitado a los recuerdos de nuestra vida después de haber nacido ni al inconsciente individual freudiano, como los científicos materialistas nos han enseñado a creer. Las experiencias holotrópicas van mucho más allá de los límites de lo que el escritor y filósofo angloamericano Alan Watts en tono de burla llamó «el ego encapsulado en la piel». Esas experiencias pueden llevarnos a vastos territorios de la psique aún no cartografiados por los psicólogos y psiquiatras occidentales. En un esfuerzo por describir y clasificar todos los fenómenos revelados en los estados holotrópicos, he esbozado un nuevo mapa de la experiencia humana que amplía la comprensión convencional que se tiene de la psique. En este contexto, sólo destacaré brevemente los rasgos básicos de esta nueva cartografía. Una descripción más detallada puede encontrarse en mis anteriores libros (Grof 1975, 1988).

Para dar cuenta de todas las experiencias que pueden suceder en los estados holotrópicos, tuve que ampliar radicalmente la actual comprensión occidental de la psique añadiendo dos amplios ámbitos. El primero de ellos es un depósito de sensaciones y emociones físicas intensas vinculadas al trauma del nacimiento, como dolores físicos extremos en diversas partes del cuerpo, sen-

timientos de asfixia, ansiedad vital, desesperación e intensa cólera. Además, este ámbito también contiene un rico espectro de imágenes simbólicas correspondientes que giran alrededor de los temas del nacimiento, la muerte, el sexo y la violencia. Me refiero a este nivel de la psique como *perinatal*, a causa de su asociación con el nacimiento biológico (de la palabra griega *peri* = alrededor o cerca de, y del latín *natalis* = perteneciente al parto). Volveré posteriormente a este tema en el capítulo que explora las dimensiones espirituales del nacimiento, el sexo y la muerte.

El segundo ámbito adicional de la psique incluido en mi cartografía puede llamarse *transpersonal*, puesto que su característica básica es la experiencia de trascender las limitaciones habituales personales del cuerpo y del ego. Las experiencias transpersonales expanden ampliamente el sentido de la identidad personal al incluir elementos del mundo externo y otras dimensiones de la realidad. Una categoría importante de experiencias transpersonales conlleva, por ejemplo, una auténtica identificación vivencial con otras personas, animales, plantas y diversos aspectos de la naturaleza y del cosmos.

Otro amplio grupo de fenómenos transpersonales puede describirse conforme a lo que el psiquiatra suizo C. G. Jung (1959) llamaba el inconsciente colectivo. Este vasto depósito de recuerdos ancestrales, raciales y colectivos contiene toda la herencia histórica y cultural de la humanidad. También alberga principios organizadores primordiales a los que Jung llamó arquetipos. Según él, los arquetipos rigen los procesos de nuestra psique, así como los acontecimientos del mundo en general. También constituyen la fuerza creadora que se halla tras el mundo infinitamente rico de imágenes de la psique con sus panteones de reinos y seres mitológicos. En los estados holotrópicos, los contenidos del inconsciente colectivo se ponen a disposición de la experiencia consciente.

El estudio detallado de las experiencias perinatales y transpersonales muestra que los límites entre la psique humana individual y el resto del cosmos son en última instancia arbitrarios y

pueden ser trascendidos. Este trabajo aporta pruebas evidentes que sugieren que, en definitiva, cada uno de nosotros está en contacto íntimo con la totalidad de la existencia. Esto significa en la práctica que cualquier cosa que podamos percibir como objeto en nuestro estado ordinario de conciencia puede también encontrar una experiencia subjetiva correspondiente cuando estamos en un estado holotrópico. Además de todos los elementos del mundo material, a lo largo y ancho del ámbito del espacio y del tiempo también podemos experimentar diversos aspectos de otras dimensiones de la realidad, como seres arquetípicos y territorios mitológicos del inconsciente colectivo.

En los estados holotrópicos podemos revivir con un extraordinario detalle todas las etapas de nuestro nacimiento biológico, recuerdos de la existencia prenatal e incluso un registro celular de nuestra concepción. Las experiencias transpersonales pueden hacer surgir episodios de las vidas de nuestros antepasados inmediatos o remotos, o introducirnos en el reino del inconsciente racial y colectivo. También pueden hacernos acceder a episodios que parecen ser recuerdos de previas encarnaciones o incluso vestigios de las vidas de nuestros antepasados animales. Puede que tengamos una identificación plenamente consciente con otras personas, grupos de personas, animales, plantas e incluso objetos y procesos inorgánicos. Durante dichas experiencias podemos obtener una información totalmente nueva y precisa sobre diversos aspectos del universo, incluidos datos que probablemente no hubiéramos podido adquirir a lo largo de nuestra vida actual a través de canales ordinarios. Cuando hemos vivido son suficiente profundidad la experiencia de estas dimensiones que están escondidas a nuestra percepción cotidiana, es bastante común que experimentemos profundos cambios en nuestra comprensión de la existencia y de la naturaleza de la realidad. Desde el punto de vista metafísico la comprensión profunda más fundamental que obtenemos es el darnos cuenta de que el universo no es un sistema autónomo que haya evolucionado como resultado de una relación mecánica de las partículas materiales. Descubri-

mos que es imposible tomar en serio el postulado básico de la ciencia materialista que afirma que la historia del universo es simplemente la historia de la evolución de la materia. Y esto, porque hemos tenido la experiencia directa de las dimensiones divinas, sagradas o numinosas de la existencia de una forma muy honda y convincente.

El universo impregnado de alma

Como consecuencia de intensas experiencias transpersonales, nuestra visión del mundo generalmente se expande hasta incluir algunos elementos de las cosmologías de diversos pueblos nativos de antiguas culturas. Esta evolución es completamente independiente de nuestra inteligencia, de nuestra formación educativa o de nuestra profesión. Las experiencias auténticas y convincentes de identificación consciente con animales, plantas o incluso objetos y procesos inorgánicos facilitan la comprensión de las creencias de las culturas animistas que ven el universo entero como un ser con alma. Desde su perspectiva, no sólo todos los animales, sino también los árboles, los ríos, las montañas, el sol, la luna y las estrellas son seres vivos.

La siguiente experiencia muestra cómo es posible, en los estados holotrópicos de conciencia, tener la experiencia de objetos inorgánicos como seres divinos. Es la experiencia de John, un estadounidense inteligente y culto, que tuvo una intensa experiencia de pérdida de su identidad cotidiana y una identificación consciente con una montaña de granito, cuando estaba acampando con sus amigos en Sierra Nevada [EE.UU.] a una gran altitud.

> Estaba descansando en una gran placa de granito con los pies metidos en una poza cuyas aguas caían en cascada montaña abajo. Disfrutaba del sol, absorbiendo sus rayos con todo mi ser. Cada vez estaba más relajado y sentía una profunda paz, más profunda de lo que nunca hubiera podido imaginar. El paso del

tiempo se iba retardando gradualmente hasta que al final pareció detenerse. En aquel momento sentí el hálito de la eternidad.

Poco a poco fui perdiendo la sensación de mis límites y me fundí con la montaña de granito. Todo mi parloteo y agitación internos se acallaron y fueron sustituidos por una calma absoluta. Sentí que había llegado. Estaba en el estado de descanso definitivo en el que todos mis deseos y necesidades estaban satisfechos y todas las preguntas quedaban respondidas. De repente me di cuenta de que aquella profunda e insondable paz tenía algo que ver con la naturaleza del granito. Por increíble que pueda parecer, sentí que me había convertido en la conciencia del granito.

De repente entendí por qué los egipcios esculpían en granito estatuas de sus dioses y por qué los hindúes veían el Himalaya como la figura reclinada de Shiva. Era al estado imperturbable de conciencia a lo que rendían culto. Se necesitan decenas de millones de años para que la superficie del granito se rompa por los repetidos asaltos del tiempo. Durante todos esos milenios, el mundo orgánico y efímero atraviesa incontables cambios: las especies nacen, existen y desaparecen; se fundan las disnatías, gobiernan y después son sustituidas por otras; y miles de generaciones representan sus fútiles dramas. La montaña de granito se alza allí como un testigo majestuoso, como una diosa inmóvil e inalterable a los acontecimientos.

El mundo de los dioses y los demonios

Los estados holotrópicos de conciencia también pueden proporcionar profundas comprensiones internas de la visión del mundo de las culturas que creen que el cosmos está habitado por seres mitológicos y que está gobernado por diversos dioses bienaventurados o coléricos. En estos estados podemos tener acceso directo y vivencial al mundo de los dioses, demonios, héroes legendarios, entes suprahumanos y guías desencarnados. Podemos visitar el reino de las realidades mitológicas, de paisajes fantásti-

cos y de moradas del Más Allá. Las imágenes de estas experiencias pueden proceder del inconsciente colectivo y pueden mostrar figuras y temas mitológicos de cualquier cultura de toda la historia de la humanidad. Profundas experiencias personales de este ámbito nos ayudan a darnos cuenta de que las imágenes del cosmos que se encuentran en las sociedades preindustriales no se basan en la superstición o en el "pensamiento mágico" primitivo, sino en experiencias directas de realidades alternativas.

Una prueba particularmente convincente de la autenticidad de estas experiencias es el hecho de que nos pueden aportar una información nueva y precisa sobre diversos seres y ámbitos arquetípicos, como cualquier otra experiencia transpersonal. La naturaleza, alcance y calidad de esta información suelen sobrepasar con mucho nuestro conocimiento intelectual previo en lo que se refiere a las respectivas mitologías. Observaciones de este tipo llevaron a C. G. Jung a asumir que, junto al inconsciente individual tal como lo describió Sigmund Freud, también tenemos un inconsciente colectivo que nos conecta con toda la herencia cultural de toda la humanidad.

Describiré aquí como ejemplo una de las experiencias más interesantes de este tipo que he observado durante los años de mi trabajo con estados holotrópicos de conciencia. Fue la experiencia de Otto, uno de mis clientes de Praga, al que traté de una depresión y de un miedo patológico a la muerte (tanatofobia). En una de sus sesiones psicodélicas atravesó la experiencia de una intensa secuencia de muerte y renacimiento psicoespiritual. Cuando la experiencia estaba terminando, tuvo la visión ominosa de entrar en un mundo subterráneo guardado por una terrorífica diosa con forma de cerda. En este punto sintió repentinamente una necesidad urgente de hacer un dibujo geométrico concreto.

Aunque yo normalmente pedía a mis clientes que durante las sesiones se mantuviesen en una posición recostada con los ojos cerrados y que mantuvieran las experiencias interiorizadas, al llegar a este punto, Otto abrió los ojos, se sentó y me pidió urgentemente que le llevase unas hojas de papel y utensilios de di-

bujo. Dibujó una serie completa de patrones abstractos complejos y, con gran insatisfacción y desesperación, continuó rasgando y arrugando impulsivamente aquellos complicados dibujos tan pronto como los terminaba. Estaba muy insatisfecho con sus dibujos y cada vez se sentía más frustrado, porque no era capaz de "dibujarlos correctamente". Cuando le pregunté qué es lo que estaba intentando hacer, no fue capaz de explicármelo. Decía simplemente que sentía una compulsión irresistible a dibujar aquellos patrones geométricos y estaba convencido de que el lograr el dibujo correcto era de alguna forma una condición necesaria para terminar su sesión con éxito.

El tema claramente tenía una fuerte carga emocional para Otto y parecía importante entenderlo. En aquella época yo me hallaba todavía bajo una fuerte influencia de mi formación freudiana e intenté lo mejor que pude identificar los motivos inconscientes de este comportamiento extraño utilizando el método de la asociación libre. Pasé mucho tiempo en esta tarea sin mucho éxito. Todas las secuencias carecían simplemente de sentido. Más adelante, el proceso se desplazó a otras áreas y dejé de pensar en aquella situación. Todo el episodio permaneció para mí en el misterio más absoluto, hasta muchos años después, cuando ya vivía en los Estados Unidos. Durante mi estancia en Baltimore, un amigo me sugirió que Joseph Campbell podía estar interesado en las implicaciones de mi investigación en el área de la mitología y se ofreció a facilitarme un encuentro con él. Después de los primeros encuentros nos hicimos buenos amigos y él desempeñó un papel muy importante en mi vida personal y profesional. Joseph ha sido considerado por muchas personas como el mayor mitólogo del siglo XX y posiblemente de todas las épocas. Su intelecto era excepcional y su conocimiento de la mitología universal verdaderamente enciclopédico. Poseía un interés especial por la investigación de los estados no ordinarios de conciencia, que él consideraba muy relevantes para el estudio de la mitología (Campbell 1972). Tuvimos conversaciones fascinantes a lo largo de bastantes años durante los que compartí con él observaciones sobre experiencias arquetípicas oscuras de

mi trabajo que no era capaz de entender. En la mayoría de los casos Joseph no tenía dificultad alguna en identificar las fuentes culturales del simbolismo en cuestión.

Durante una de estas conversaciones, recordé el episodio que he descrito y se lo relaté. «¡Qué fascinante! –dijo Joseph sin vacilar–. Con toda claridad era la Madre Noche cósmica de la muerte, la Diosa Madre Devoradora de los malekulanos de Nueva Guinea.» Después continuó diciéndome que los malekulanos creían que debían encontrar a esta diosa durante el Viaje de los Muertos. Su forma era la de una figura femenina aterradora con rasgos muy claros de cerdo. Según la tradición de los malekulanos, ella está sentada a la entrada del mundo subterráneo y custodia un dibujo laberíntico sagrado.

Los malekulanos tenían un elaborado sistema de rituales entre los que se encontraba la cría y el sacrificio de cerdos. Esta compleja actividad ritual tenía como objetivo superar la dependencia de sus madres y más adelante de la Diosa Madre Devoradora. Los malekulanos pasaban una gran cantidad de tiempo practicando el arte del dibujo de laberintos, puesto que esta maestría era considerada esencial para viajar con éxito al Más Allá. Joseph, gracias a sus conocimientos lexicográficos, pudo resolver gran parte de este rompecabezas que me había encontrado durante mi investigación. El interrogante que quedaba, y que él tampoco fue capaz de responder, fue por qué mi cliente tenía que encontrarse concretamente con esta divinidad malekulana en ese momento preciso de la terapia. Sin embargo, la tarea de dominar el viaje póstumo tenía sin duda sentido para alguien cuyo principal síntoma era el miedo patológico a la muerte.

C. G. Jung y los arquetipos universales

En los estados holotrópicos descubrimos que nuestra psique tiene acceso a panteones enteros de figuras mitológicas y a las esferas que habitan. Según C. G. Jung, esas figuras son manifesta-

ciones de patrones universales primordiales que representan elementos constitutivos intrínsecos del inconsciente colectivo. Las figuras arquetípicas pueden ser de dos categorías totalmente delimitadas. La primera incluye a seres bienaventurados o coléricos que encarnan diversos roles y funciones universales concretos. Los más conocidos son la Gran Diosa Madre, la Terrible Diosa Madre, el Anciano Sabio, el Niño Eterno (*Puer Eternus* y *Puella Eterna*), los Amantes, la de la Guadaña y el Tramposo. Jung también descubrió que los seres humanos albergan en su inconsciente una representación generalizada del principio femenino que él llamó Anima. Su homólogo, la representación generalizada del principio masculino en el inconsciente de las mujeres es el *Animus*. La representación inconsciente del aspecto oscuro y destructivo de la personalidad humana, en la psicología junguiana se llama la Sombra.

En los estados holotrópicos, todos estos principios pueden cobrar vida como complejas apariciones proteicas que condensan de una forma holográfica innumerables ejemplos concretos de lo que representan. Utilizaré aquí como ejemplo mi propia experiencia de un encuentro con el mundo de los arquetipos.

> En la secuencia final de la sesión tuve la visión de un gran escenario brillantemente iluminado, situado en algún lugar que estaba más allá del tiempo y del espacio. Tenía un hermoso telón adornado y decorado con diseños muy complejos que parecían contener toda la historia del mundo. Intuitivamente entendí que estaba visitando el Teatro de la Obra Cósmica, que representaba las fuerzas que dan forma a la historia de la humanidad. Empecé a ser testigo de un magnífico desfile de figuras misteriosas que entraban en el escenario, se presentaban y lentamente volvían a irse.
>
> Me di cuenta de que lo que estaba viendo eran principios universales personificados, arquetipos que, a través de una compleja interacción, creaban la ilusión de un mundo fenoménico, la obra divina que los hindúes llaman *lîlâ*. Eran personajes proteicos que reunían en sí muchas identidades, muchas funciones e

> incluso muchas escenas. Mientras los contemplaba, cambiaban continuamente sus formas en una interpenetración holográfica extremadamente intrincada, siendo uno y muchos al mismo tiempo. Yo era consciente de que tenían muchas y diversas facetas, niveles y dimensiones de significado, pero no era capaz de centrarme en ninguna en particular. Cada una de aquellas figuras parecía representar simultáneamente la esencia de su función, así como las manifestaciones concretas del principio que representaban.
>
> Estaba *Mâyâ*, la figura mágica y etérea que simboliza el mundo de la ilusión, *Anima*, que encarna lo Femenino Eterno, el Guerrero, una personificación de la guerra y de la agresión parecida a Marte, los Amantes, que representan todos los dramas sexuales y aventuras románticas a lo largo de los siglos, la figura real del Gobernante o Emperador, el Eremita retirado, el Tramposo burlador y elusivo, y muchos más. A medida que atravesaban el escenario, saludaban dirigiéndose a mí, como si esperaran ser apreciados por su representación estelar en la obra divina del universo.

Las figuras arquetípicas de la segunda categoría están representadas por diversas deidades y demonios relacionadas con culturas, zonas geográficas y períodos históricos concretos. Por ejemplo, en lugar de la imagen generalizada y universal de la Gran Diosa Madre, podemos tener la visión de una de sus formas culturales concretas, como la Virgen María, las diosas hindúes Lakshmi y Parvati, la egipcia Isis, la griega Hera y otras muchas. Igualmente, ejemplos concretos de la Diosa Madre Terrible podría ser, además de la diosa malekulana con forma de cerdo ya descrita, la diosa hindú Kali, la precolombina con cabeza de serpiente Coatlicue, o la egipcia Sekhmet con cabeza de león. Es importante recalcar que estas imágenes no tienen por qué estar limitadas a nuestra herencia racial y cultural. Pueden salir de la mitología de cualquier grupo humano, incluido alguno del que nunca hemos oído hablar.

En mi trabajo han sido particularmente frecuentes los encuentros o incluso la identificación con diversas deidades pertenecientes a diferentes culturas que otros dioses mataban o que se sacrificaban a sí mismas y después volvían a la vida. Estas figuras que representan la muerte y la resurrección tienden a emerger espontáneamente cuando el proceso de autoexploración interna alcanza el nivel perinatal y adopta la forma de un renacimiento psicoespiritual. En este punto, muchas personas tienen por ejemplo visiones de crucifixión o experimentan una identificación con la agonía de Jesucristo en la cruz. La emergencia de este tema en personas con un pasado euroamericano parece tener sentido, a causa del importante papel que el cristianismo ha desempeñado en la cultura occidental a lo largo de muchos siglos.

Sin embargo también hemos visto muchas experiencias intensas de identificación con Jesús durante nuestros seminarios de respiración holotrópica realizados en el Japón y en la India. Sucedían en personas cuya cultura era budista, sintoísta o hindú. A la inversa, muchos anglosajones, eslavos y judíos se han identificado durante sus sesiones psicodélicas o de respiración holotrópica con Shiva o Buda, el dios resucitado Osiris, la diosa sumeria Inanna, o las deidades griegas Perséfone, Dionisos, Atis y Adonis. Identificaciones ocasionales con la deidad azteca de la muerte y del renacimiento, Quetzalcoatl, la Serpiente Emplumada, o uno de los Héroes Gemelos del *Popol Vuh* maya, eran incluso más sorprendentes, puesto que estas divinidades aparecen en mitologías que en general no son conocidas en Occidente. Los encuentros con estas figuras arquetípicas fueron muy impresionantes y a menudo aportaron una información nueva y detallada que no tenía nada que ver con el pasado racial, cultural y educativo, ni con el previo conocimiento intelectual de las respectivas mitologías. Dependiendo de la naturaleza de los dioses y diosas en cuestión, estas experiencias fueron acompañadas por emociones extremadamente intensas que iban desde el arrebato extático al terror metafísico paralizante. Las personas que tuvieron la experiencia de estos encuentros normalmente vieron estas figuras

arquetípicas con gran sobrecogimiento y respeto, como seres que pertenecían a un orden superior, estaban dotados de extraordinarias energías y poder y tenían la capacidad de moldear los acontecimientos de nuestro mundo material. Así pues, estos sujetos compartieron la actitud de muchas culturas preindustriales que habían creído en la existencia de dioses y demonios.

Sin embargo, ninguna de estas personas percibieron que sus experiencias de figuras arquetípicas fueran encuentros con el principio supremo del universo, ni pretendieron haber obtenido una comprensión definitiva de la existencia. Experimentaron a estas divinidades como creaciones de un poder superior que les trascendía. Esta comprensión profunda resuena con la idea de Joseph Campbell de que los dioses deben ser "transparentes a lo trascendente". Deben funcionar como puente con la fuente divina, pero no confundirse con ella. Cuando estamos involucrados en una autoexploración sistemática o en una práctica espiritual, es importante evitar el escollo de volver opaca a una divinidad concreta y verla como la fuerza cósmica definitiva, en lugar de considerarla como una ventana abierta a lo Absoluto.

Confundir una imagen arquetípica concreta con la fuente esencial de la creación conduce a la idolatría, un error peligroso y divisor muy extendido en la historia de las religiones y de las culturas. Puede que una a las personas que comparten la misma creencia, pero sitúa a este grupo contra todos los demás que hayan escogido una representación diferente de lo divino. Entonces podrían intentar convertirles o conquistarles y eliminarles. Por el contrario, la auténtica religión es universal, onmiabarcante y lo incluye todo. Tiene que trascender las imágenes arquetípicas asociadas con una cultura y centrarse en la fuente esencial de todas las formas. La cuestión más importante del mundo de la religión es así la naturaleza del principio supremo del universo. En el próximo capítulo examinaremos las comprensiones profundas sobre este tema que se tienen en los estados holotrópicos de conciencia.

3. EL PRINCIPIO CÓSMICO CREADOR

¡Oh vacío sin tierra!, ¡oh vacío sin cielo!,
¡oh espacio nebuloso y sin propósito!,
¡conviértete en el mundo!, ¡extiéndete,
eterno e intemporal!

Relato tahitiano de la creación

Lo que carece de sonido, de tacto, de forma y es imperecedero;
lo que, por tanto, no tiene gusto ni olor, es constante,
sin principio ni fin, superior a lo más grande y estable:
cuando se percibe Eso, uno se libera de las fauces de la Muerte.

Katha Upanishad

La conciencia absoluta

Después de haber experimentado directamente las dimensiones espirituales de la realidad, la idea de que el universo, la vida y la conciencia podrían haberse desarrollado sin la participación de una inteligencia creadora superior nos parece absurda, ingenua e insostenible. No obstante, como ya hemos visto, el haber tenido la experiencia de que la Naturaleza está impregnada de alma y los encuentros con figuras arquetípicas no son en sí, y por

sí mismos, hechos suficientes para satisfacer totalmente nuestro anhelo espiritual. Por ello investigué en los informes de las personas con las que había trabajado para alcanzar estados de conciencia percibidos como estados que alcanzaban las fronteras últimas del espíritu humano. Yo intentaba averiguar qué experiencias podían transmitir el sentimiento de encontrar el principio supremo del universo.

Las personas que han tenido una experiencia de lo Absoluto que satisfizo plenamente su anhelo espiritual casi nunca vieron imágenes figurativas completas. Cuando sintieron que habían alcanzado la meta de su búsqueda mística y filosófica, sus descripciones del principio supremo eran muy abstractas y sorprendentemente similares. Quienes contaron haber tenido esta revelación esencial concordaron extraordinariamente al describir las características vivenciales de este estado. Informaban de que la experiencia de lo Supremo implicaba la trascendencia de todas las limitaciones de la mente analítica, de todas las categorías racionales y de todos los límites de la lógica ordinaria.

Esta experiencia no se hallaba limitada por las categorías habituales del espacio tridimensional y del tiempo lineal tal y como los conocemos en la vida cotidiana. También contenía todas las polaridades concebibles en un amalgama inseparable y, por tanto, trascendía las dualidades de todo tipo. Una y otra vez, las personas que tuvieron esta experiencia compararon el Absoluto con una fuente radiante de luz de una intensidad inimaginable, aunque resaltaban que también difería en algunos aspectos significativos de cualquier otra forma de luz que conozcamos en el mundo material. Describir el Absoluto como luz pierde totalmente alguna de sus características esenciales, en particular el hecho de que también es un campo de conciencia inmenso e insondable dotado con una inteligencia infinita y un poder creador.

El principio cósmico supremo puede experimentarse de dos formas diferentes. A veces, todos los límites personales se disuelven o son drásticamente borrados y nos fundimos por completo con la fuente divina, haciéndonos uno con ella sin posibili-

dad alguna de distinción. En otras ocasiones tenemos un sentido de identidad separada, asumiendo el rol de un observador asombrado que está siendo testigo, como si estuviera fuera del *mysterium tremendum* de la existencia. Así pues, al igual que algunos místicos, podemos sentir el éxtasis de un amante embelesado que experimenta el encuentro con el Amado. Los textos espirituales de todos los tiempos abundan en descripciones de ambos tipos de experiencia de lo divino.

«Lo mismo que una polilla vuela hacia la llama y se hace una con ella –dicen los sufíes–, así nos fundimos con lo divino.» Sri Ramana Maharshi, el santo y visionario hindú, describe en uno de sus poemas espirituales «un muñeco de azúcar que fue al océano a nadar y se disolvió completamente». Por contraste, la mística española santa Teresa de Jesús y Rûmî, el gran poeta persa de la trascendencia, se refieren a Dios como el Amado. De igual modo, los *bhaktas*, representantes hindúes del yoga de la devoción, prcfieren mantener un sentido de relación no fundida con lo Divino. No quieren conventirse en el muñeco de azúcar de Sri Ramana que pierde completamente su identidad en el océano cósmico. El gran santo indio y místico Sri Ramakrishna exclamó en cierta ocasión con énfasis: «quiero probar el azúcar, no convertirme en azúcar».

Las personas que han tenido la experiencia del principio supremo descritas anteriormente saben que han encontrado a Dios. Sin embargo, la mayoría de ellos sienten que el término *Dios* no capta adecuadamente la profundidad de su experiencia, puesto que ha sido distorsionado, trivializado y desacreditado por las religiones y culturas dominantes. Incluso términos como Conciencia Absoluta o Mente Universal, que a menudo se utilizan para describir esta experiencia, parecen ser totalmente inadecuados para transmitir la inmensidad y el tremendo impacto de dicho encuentro. Algunas personas consideran que el silencio es la reacción más adecuada a la experiencia del Absoluto. Para éstas, es obvio que «los que saben no hablan y los que hablan no saben».

El principio supremo puede experimentarse directamente en

estados holotrópicos de conciencia, pero se escapa a cualquier intento de descripción o explicación adecuados. El lenguaje que utilizamos para comunicar sobre asuntos de la vida cotidiana simplemente no es adecuado para esta tarea. Las personas que han tenido esta experiencia parecen coincidir en que es inefable. Las palabras y la estructura de nuestro lenguaje son herramientas dolorosamente inapropiadas para describir su naturaleza y dimensiones, particularmente a aquéllos que no la han tenido.

Con todas estas reservas, incluyo el siguiente informe escrito por Robert, un psiquiatra de 37 años, que en su sesión tuvo la experiencia de lo que consideró la realidad esencial:

> El principio de la experiencia fue repentino y espectacular. Fui golpeado por un trueno cósmico de un poder inmenso que en un instante sacudió y disolvió mi realidad cotidiana. Perdí totalmente el contacto con el mundo que me rodeaba, que desapareció como por arte de magia. La conciencia de mi existencia cotidiana, mi vida y mi nombre resonaban débilmente como imágenes de un sueño en la periferia lejana de mi conciencia. Robert... California... Estados Unidos... planeta Tierra... Intentaba acordarme con dificultad de la existencia de estas realidades, pero de repente habían perdido todo sentido. Igualmente está ausente toda visión arquetípica de dioses, demonios y esferas mitológicas que eran tan predominantes en mis experiencias anteriores. En aquella ocasión, mi única realidad era una gran cantidad de energía en remolino de inmensas proporciones que parecía contener toda la Existencia de un modo totalmente abstracto. Tenía la brillantez de miríadas de soles, aunque carecía de la continuidad de las luces que había conocido en la vida cotidiana. Parecía ser pura conciencia, inteligencia y energía creadoras que trascendían todas las polaridades. Era infinita y finita, divina y demoníaca, terrorífica y extática, creadora y destructiva... todo esto y mucho más. Yo no tenía conceptos ni categorías para lo que estaba viendo. No podía mantener ningún sentido de existencia separada frente a aquella fuerza. Mi identidad ordina-

> ria fue sacudida y disuelta; me convertí en uno con la Fuente. El tiempo había perdido cualquier tipo de sentido.
>
> Con una visión retrospectiva, creo que debo haber tenido la experiencia de la *dharmakaya*, la Clara Luz Primordial que, según el Libro Tibetano de los Muertos, el *Bardo Thödol*, aparece en el momento de la muerte.

El encuentro de Robert con lo Supremo duró aproximadamente veinte minutos de tiempo de reloj, aunque durante toda la duración de su experiencia no existiera el tiempo para él como dimensión significativa. Mientras todo esto estaba sucediendo, él no tuvo contacto con el entorno y no fue capaz de comunicar verbalmente. A continuación empezó lentamente a experimentar un retorno gradual a la realidad ordinaria, respecto a la cual escribió:

> Después de lo que pareció como una eternidad, empezaron a formarse en mi campo de experiencia imágenes y conceptos concretos a modo de ensoñaciones. Empecé a sentir que algo como la Tierra con grandes continentes y países concretos podía existir realmente en algún lugar, pero todo ello parecía muy distante e irreal. Gradualmente, todo esto siguió cristalizando hasta formar las imágenes de Estados Unidos y California. Posteriormente conecté con mi identidad de todos los días y empecé a vivir imágenes huidizas de mi vida actual. Al principio, el contacto con esta realidad era extremadamente débil. Durante algún tiempo pensé que estaba muriéndome y que estaba experimentando el *bardo*, el estado intermedio entre la vida actual y el próximo renacimiento, tal como se describe en los textos tibetanos.
>
> Estaba recuperando el contacto con la realidad ordinaria y alcancé un punto en el que sabía que sobreviviría a aquella experiencia. Estaba tumbado en el sofá con un sentimiento de éxtasis y sobrecogimiento por lo que se me había revelado. En contraste con estas circunstancias, estaba teniendo la experiencia de diversas situaciones dramáticas que habían sucedido en diferentes partes del mundo a lo largo de los siglos. Parecían escenas de

mis anteriores renacimientos, muchas de ellas peligrosas y dolorosas. Diversos grupos de músculos de mi cuerpo palpitaban y temblaban, mientras que mi cuerpo era herido y moría en todos aquellos contextos diferentes. No obstante, mientras que mi historia kármica estaba siendo representada fuera de mi cuerpo, yo permanecía en un estado de profunda bienaventuranza, completamente desapegado de todos aquellos dramas.

Durante muchos días posteriores a esta experiencia, me fue fácil alcanzar en mis meditaciones un estado de paz y de serenidad. Estoy seguro de que esta experiencia tendrá una influencia duradera en mi vida. Parece imposible experimentar algo así y no ser profundamente afectado y transformado por ello.

El vacío fértil

Encontrarse con la Conciencia Absoluta, tener la experiencia de plena identificación con ella, no es la única forma de experimentar el principio supremo del cosmos o la realidad última. El segundo tipo de experiencia que parece satisfacer a aquéllos que buscan las respuestas últimas es particularmente sorprendente, puesto que no tiene un contenido específico. Es la identificación con la Vacuidad Cósmica y la Nada que se describe en los textos místicos como el Vacío. Es importante recalcar que no todas las experiencias de vacuidad que podemos encontrar en los estados no ordinarios de conciencia pueden calificarse como Vacío. Algunas personas utilizan a menudo este término para describir una sensación desagradable de falta de sentimiento, iniciativa o sentido. Para merecer el nombre de Vacío, este estado tiene que cumplir ciertos requisitos concretos.

Cuando encontramos el Vacío sentimos que es vacuidad primordial de proporciones y relevancia cósmicas. Nos convertimos en pura conciencia consciente de esa nada absoluta; sin embargo, al mismo tiempo tenemos una sensación extraña y paradójica de su plenitud esencial. Este vacío cósmico es también una plenitud,

puesto que en él no parece faltar nada. Aunque no contiene nada de una forma concreta y manifiesta, parece comprender toda la existencia de una forma potencial. De este modo paradójico podemos trascender la dicotomía habitual entre vacío y forma, o entre existencia y no existencia. Sin embargo, la posibilidad de llegar a esta resolución no puede transmitirse adecuadamente con palabras. Tiene que vivirse para entenderla.

El Vacío trasciende las categorías habituales de tiempo y espacio. Es inmutable y se halla más allá de todas las dicotomías y de todas las polaridades, como luz y oscuridad, bien y mal, inmovilidad y movimiento, microcosmos y macrocosmos, agonía y éxtasis, singularidad y pluralidad, forma y vacío, e incluso existencia y no existencia. Algunas personas lo llaman Supracósmico y Metacósmico, indicando con ello que esta nada y vacuidad esencial parece ser el principio que subyace al mundo fenoménico tal como lo conocemos y que, al mismo tiempo, lo rige. Este vacío metafísico, preñado del potencial de todo lo que existe, se manifiesta como la cuna de todo ser, la fuente esencial de la existencia. La creación de todos los mundos fenoménicos es, pues, la realización y concretización de todas las potencialidades preexistentes. Cuando experimentamos el Vacío, sentimos que es la fuente de toda la existencia y que, al mismo tiempo, contiene toda la creación dentro de sí. Otra forma de expresarlo es afirmar que es la totalidad de la existencia, puesto que nada existe fuera de su ámbito. Según nuestros conceptos habituales y nuestras normas lógicas, esto parece encerrar algunas contradicciones básicas. Sin duda parecería absurdo pensar en el vacío como algo que contenga el mundo de los fenómenos, cuya característica esencial parece ser la de tener formas específicas. Igualmente, el sentido común nos dice que el principio creador y su creación no pueden ser lo mismo, que tienen que ser diferentes entre sí. La naturaleza extraordinaria del Vacío trasciende estas paradojas.

El siguiente ejemplo describe una experiencia de Vacío Cósmico por parte de Cristopher Bache, filósofo de las religiones, que durante muchos años se ha dedicado a una búsqueda espiritual sistemática:

> De repente, un enorme Vacío se abrió en el interior de este mundo. La forma que adoptó fue la de una distorsión de mi campo visual, como si se hubiera insertado en mi visión una esfera gigante e invisible que estuviera forzando todas las líneas hacia el límite exterior de la imagen. Nada se fragmentaba ni se interrumpía, sino que todo se expandía y quedaba inmóvil para revelar su realidad subyacente. Era como si repentinamente Dios hiciera una pausa entre la inspiración y la expiración y todo el universo estuviera súbitamente suspendido, pero no disuelto sino sostenido en su sitio por una eternidad. Era como una enorme apertura bostezante en la existencia.
>
> Al principio, esta sensación me dejó sin aliento, tanto en sentido literal como figurado, y esperé en suspenso a que se reiniciase el movimiento, pero éste no se reiniciaba. Yo era plenamente consciente, pero estaba totalmente en suspenso. Y este suspenso continuaba y continuaba. No podía creer lo mucho que duró. Mientras estaba inmerso en esta experiencia, me di cuenta de que era el Vacío del que nacen todas las formas. Era la Calma viva de la que fluye todo movimiento. Esta experiencia de pura concentración de conciencia sin ninguna clase de contenidos, que era anterior a la forma y estaba fuera de ella, tenía que ser lo que los filósofos orientales llamaban *sunyatâ*. Cuando se reanudó lentamente el movimiento y quedaron congeladas las formas, en el despertar del Vacío, se produjo una sensación exquisita de "talidad". Renovado por el Vacío, toqué los límites de lo que es experimentar la existencia "tal como es".

En diferentes ocasiones, las personas que han vivido la experiencia, tanto de la Conciencia absoluta como del Vacío, han tenido la comprensión profunda de que estos dos estados son esencialmente idénticos e intercambiables, a pesar del hecho de que puedan distinguirse experimentalmente entre sí y parecer conceptual y lógicamente incompatibles. Estas personas han afirmado haber sido testigos de la emergencia de la Conciencia Cósmica creadora a partir del Vacío o, a la inversa, de su retorno al Vacío

y su desaparición. Otros han tenido simultáneamente la experiencia de estos dos aspectos del Absoluto, al identificarse con la Conciencia Cósmica y, al mismo tiempo, reconocer su vacuidad esencial.

La experiencia del Vacío como fuente de la creación también puede asociarse con el reconocimiento de la vacuidad fundamental del mundo material. La toma de conciencia de la vacuidad de la realidad cotidiana constituye el núcleo del mensaje de uno de los textos espirituales más importantes del budismo mahâyâna, el *Sutra Prajñaparamitâ Hridaya* o Sutra del Corazón de la Perfecta Sabiduría. En este texto, Avalokiteshvara se dirige a Shâriputra, discípulo del Buda, con las siguientes palabras: «La naturaleza de la forma es vacío, la naturaleza del vacío es forma. La forma no es diferente del vacío, el vacío no es diferente de la forma [...] los sentimientos, las percepciones, las formaciones mentales y la conciencia son igualmcnte vacío».

Es interesante el hecho de que el concepto de vacío pleno y de "vacío fértil" también exista en la física moderna. Una declaración de Paul Dirac, uno de los fundadores de la física cuántica y "padre" de la antimateria, lo describe con estas palabras: «Toda la materia está creada de algún substrato imperceptible y [...] la creación de la materia deja tras sí un "agujero" en este substrato que se manifiesta como antimateria. Ahora bien, este substrato en sí mismo no puede ser descrito con exactitud como material, puesto que llena uniformemente todo el espacio y es indetectable a cualquier observación. Pero se trata de una forma peculiarmente material de nada, a partir de la cual se crea la materia». El físico americano ya fallecido Heinz Pagels es aún más explícito: «La visión de la nueva física sugiere: "el vacío lo es todo en la física". Todo lo que ha existido alguna vez o puede existir ya está ahí en la nada del espacio [...] Esta nada contiene todo lo existente». (Pagels 1990).

En sus experimentos de aceleración y colisión de partículas elementales a altas velocidades, los físicos han observado cómo se crean nuevas partículas subatómicas, que surgen de lo que

ellos llaman el "vacío dinámico", y cómo desaparecen al volver a esta matriz. Por supuesto, la similitud es sólo parcial y no va mucho más allá. El problema de la creación cósmica no se limita al origen de los elementos fundamentales de la materia. Tiene importantes aspectos que están fuera del alcance de los físicos, como el problema del origen de las formas, del orden, las leyes y el sentido. El Vacío que podemos experimentar en los estados holotrópicos parece ser el origen de todos los aspectos de la creación, y no sólo de la materia bruta del mundo fenoménico.

En nuestra vida cotidiana, todo lo que sucede implica la existencia de complejas cadenas de causas y efectos. El postulado de la existencia de una causalidad lineal y estricta es un requisito necesario para la ciencia tradicional occidental. Otra característica fundamental de la realidad material consiste en que todos los procesos de nuestro mundo siguen la ley de la conservación de la energía. La energía no puede ser creada ni destruida, sólo puede ser transformada en otras formas de energía. Esta forma de pensar parece ser adecuada para la mayoría de los acontecimientos del macromundo, pero falla cuando remontamos las cadenas de causas y efectos al comienzo del universo. Cuando la aplicamos a los procesos de creación cósmica nos enfrentamos a enormes problemas: si todo está causalmente determinado, ¿cuál es la causa original, la causa de las causas, el "motor primordial"? Si la energía tiene que ser conservada, ¿de dónde surgió al principio de todo? ¿Y qué podemos decir del origen de la materia, del espacio y del tiempo?

La actual corriente cosmogenética del *big bang*, que sugiere que la materia, el tiempo y el espacio se crearon simultáneamente a partir de una "singularidad" sin dimensiones hace 15.000 millones de años, difícilmente puede ser aceptada como una explicación racional del misterio más profundo de la existencia. Y, en principio, no podemos aceptar que una respuesta satisfactoria carezca de racionalidad. La solución a estos problemas que brindan las experiencias trascendentes es de un orden y naturaleza completamente diferente. Tener la experiencia de la Conciencia Ab-

soluta, del Vacío y de su relación recíproca posibilita trascender las desconcertantes paradojas que asedian a los científicos que teorizan sobre un universo material regido por las leyes mecánicas y de la causalidad. Los estados holotrópicos pueden suministrar respuestas satisfactorias a estas preguntas y paradojas; no obstante, estas respuestas no son lógicas, sino vivenciales y transracionales por naturaleza.

Cuando experimentamos la transición del Vacío a la Conciencia Absoluta o viceversa, no tenemos el sentimiento de absurdo que podríamos tener en el estado ordinario de conciencia, al considerar la posibilidad de que algo se origine de la nada o, a la inversa, desaparezca en la nada sin dejar huella. Por el contrario, existe una sensación de evidencia por sí misma, de simplicidad y naturalidad del proceso. Las profundas comprensiones existenciales a este respecto son acompañadas por el sentimiento de una clarificación repentina o de una reacción de "¡ajá!". Puesto que en este nivel el mundo material se ve como expresión de la Conciencia Absoluta y esta última, a su vez, parece ser intercambiable con el Vacío, las experiencias trascendentes de este tipo brindan una solución inesperada a algunos de los problemas más difíciles y complejos que asedian a la mente racional.

Las comprensiones profundas de personas que han experimentado los estados holotrópicos de conciencia sobre la fuente de la existencia son sorprendentemente similares a las que se encuentran en la filosofía perenne. Ya he mencionado la descripción de la vacuidad cósmica del *Sutra Prajñâpâramitâ*. He aquí un pasaje del antiguo *Tao Te King* del sabio chino Lao-Tse (1988):

> Existía algo sin forma y perfecto
> antes de que naciera el universo.
> Es sereno. Vacío.
> Solitario. Inmutable.
> Infinito. Eternamente presente.
> Es la madre del universo.

A falta de un nombre mejor,
le llamaré Tao. Fluye a través de todas las cosas,
dentro y fuera, y retorna
al origen de las cosas.

Rûmî, el poeta místico y visionario persa del siglo XIII, describe el origen de la creación con estas palabras: «la no existencia burbujea ansiosa ante la expectativa de que se le dé existencia [...] Pues la mina y el tesoro de la actividad de Dios no es otra cosa que existencia manifestándose». He aquí, por comparar, dos pasajes de la tradición mística judía. El cabalista del siglo XIII, Azriel de Gerona, dice lo siguiente: «puede que se te pregunte: "¿cómo hizo Dios al ser de la nada?, ¿acaso no hay una inmensa diferencia entre ser y la nada?". Responde lo siguiente: "el ser está en la nada en la modalidad de nada, y la nada está en el ser en la forma de ser". La nada es ser y el ser es nada». Y el cabalista del siglo XIV, David Been Abraham he-Lavan escribe: «Ayin, la Nada, es más existente que todos los seres del mundo; pero, como es simple y todo lo simple es complejo en comparación con su simplicidad, se la llama Ayin». Y según el místico cristiano Meister Eckhart: «la nada de Dios llena el mundo entero; su algo no está en ninguna parte».

Palabras para lo Inefable

Las comprensiones profundas e iluminadoras de las realidades últimas vividas en los estados místicos no pueden describirse adecuadamente en nuestro lenguaje cotidiano. Lao-Tse era muy consciente de ello y lo expresó sucintamente: «El Tao que puede expresarse no es el Tao eterno. El nombre que puede ser nombrado no es el Nombre eterno». Cualquier descripción y definición tiene que basarse en palabras que han sido desarrolladas para nombrar objetos y actividades del mundo material tal como se viven en la vida diaria. Por esta razón, el lenguaje ordinario resulta ser ina-

propiado e inadecuado cuando queremos comunicar experiencias y comprensiones internas descubiertas en diversos estados holotrópicos de conciencia. Esto es así especialmente cuando nuestra experiencia se centra en los problemas esenciales de la existencia, como el Vacío, la Conciencia Absoluta y la creación.

Quienes están familiarizados con las filosofías espirituales orientales, a menudo recurren a palabras de diversas lenguas asiáticas cuando describen sus experiencias espirituales y sus visiones internas. Para nombrar los estados elevados y trascendentes, se sirven de términos sánscritos, tibetanos, chinos o japoneses como *samâdhi* (unión con Dios), *sunyatâ* (Vacío), *kundalinî* (Poder de la Serpiente), *bardo* (estado intermedio después de la muerte), *anatta* (no-Ser), *satori* (experiencia de iluminación), *nirvâna*, energía *ch'i* o *ki* y el *Tao*. A la inversa, *samsara* (el mundo del nacimiento y la muerte), *mâyâ* (ilusión del mundo), *avidyâ* (ignorancia) y palabras por el estilo son empleadas cuando se refieren a la realidad cotidiana. Estas lenguas se desarrollaron en culturas con un alto grado de complejidad en lo que se refiere a los estados holotrópicos y a las realidades espirituales. A diferencia de las lenguas occidentales, contienen muchos términos técnicos que describen específicamente los matices de las experiencias místicas y de los temas relacionados con ellas. En última instancia, incluso estas palabras sólo pueden ser plenamente entendidas por aquéllos que han tenido las experiencias correspondientes.

La poesía, aun siendo una herramienta altamente imperfecta, parece un medio más adecuado y apropiado para transmitir la esencia de las experiencias espirituales y para comunicar realidades trascendentes. Por esta razón muchos de los grandes visionarios y maestros religiosos recurrieron a la poesía para expresar sus comprensiones profundas de tipo metafísico. Muchas personas con las que he trabajado recordaron y citaron pasajes de diversos poetas místicos. A menudo les oí decir que, después de haber tenido su propia experiencia mística, los poemas visionarios que previamente no habían comprendido o con los que no habían entrado en contacto adquirieron una nueva claridad y una nueva luz.

Particularmente populares entre las personas implicadas en una búsqueda espiritual parecen ser los poetas trascendentes del Próximo Oriente, como los místicos Omar Kahyyâm, Rûmî y Kahlil Jibran, así como los visionarios indios Kabîr, la princesa Mira Bai y Sri Aurobindo. He escogido aquí un ejemplo de un poema de Kabîr, sabio indio del siglo XV, hijo de un tejedor musulmán de Benarés. En su larga vida, que duró 120 años, Kabîr se inspiró en lo mejor de la tradición hindú y sufí, y expresó su sabiduría espiritual en versos extáticos. El siguiente poema amplía los paralelismos que existen entre el ciclo natural del agua y el proceso creador descrito en la siguiente sección de este libro.

> He estado pensando en la diferencia
> que existe entre el agua
> y las olas de su superficie.
> Al elevarse, el agua sigue siendo agua,
> al caer también es agua,
> ¿podríais darme una pista
> de cómo concebirlas separadas?
>
> Porque alguien haya creado la palabra "ola",
> ¿tendré que distinguirla del agua?
>
> Existe un Uno Secreto en nuestro interior;
> los planetas de todas las galaxias
> pasan por sus manos como cuentas.
>
> Es una sarta de cuentas que habría que mirar
> con ojos luminosos.

También poseemos nuestra propia tradición rica en poesía visionaria, representada por William Blake, D. H. Lawrence, Rainer Maria Rilke, Walt Whitman, William Butler Yeats y otros. Las personas que han experimentado estados místicos a menudo se refieren a estos poetas y recitan pasajes de sus obras. A modo

de ejemplo, he aquí un poema de William Blake citado frecuentemente y que capta el misterio de lo divino inmanente:

> Ver un mundo en un grano de arena
> y en una flor silvestre un cielo,
> contener el infinito en la palma de tu mano
> y la eternidad en una hora.

El Más Allá interno

En la práctica espiritual y sistemática con estados holotrópicos de conciencia, podemos trascender repetidamente los límites ordinarios del ego corporal e identificarnos con otras personas, animales, plantas o aspectos inorgánicos de la naturaleza y también con diversos seres arquetípicos. En este proceso descubrimos que cualquier límite del universo material y de otras realidades es en última instancia arbitrario y relativo. Liberándonos de las limitaciones de la mente racional y del corsé del sentido común y de la lógica cotidiana, podemos romper las muchas barreras que nos separan, expandir nuestra conciencia en dimensiones inimaginables y experimentar posteriormente la unión y la identidad con la fuente transcendente de todo ser.

Cuando alcanzamos la identificación existencial con la Conciencia Absoluta, nos percatamos de que nuestro propio ser está esencialmente en armonía con toda la red cósmica, con toda la existencia. El reconocimiento de nuestra propia naturaleza divina, de nuestra propia identidad con la fuente cósmica, es el descubrimiento más importante que podemos hacer durante un proceso de profunda autoindagación. Ésta es la esencia de la conocida afirmación que se encuentra en las Escrituras hindúes, las *Upanishads*: «*Tat tvam asi*». La traducción literal de esta frase es "tú eres Eso", que significa "tú eres de naturaleza divina" o "tú eres Dios". Esta afirmación revela que toda nuestra identificación cotidiana con el "ego encapsulado en una piel", la con-

ciencia individual encarnada o “nombre y forma” (*nâmarûpa*) es una ilusión y que nuestra verdadera naturaleza es la de la energía creadora cósmica (Atman-Brahman).

Esta revelación sobre el hecho de que el ser humano y lo divino tienen la misma identidad es el secreto esencial del núcleo de todas las grandes tradiciones espirituales, aunque pueda expresarse en alguna medida de formas diferentes. Ya he mencionado que en el Atman hindú, la conciencia individual y Brahman, la conciencia universal, son uno. Los seguidores del *siddha yoga* oyen el postulado básico de su Escuela con muchas variantes: «Dios mora en tu interior en forma de ti». En las Escrituras budistas podemos leer: «mira dentro, tú eres Buda». En la tradición confuciana se nos dice que «cielo, tierra y seres humanos son un solo cuerpo».

Puede encontrarse el mismo mensaje en las palabras de Jesucristo: «el padrc y yo somos uno», y san Gregorio Palamas, uno de los grandes teólogos de la iglesia ortodoxa cristiana, declaraba: «puesto que el reino de los cielos y, sin duda alguna, el Rey del Cielo [...] está en nuestro interior». Igualmente, el gran sabio y cabalista judío Abraham ben Shemu’el Abulafia enseñaba que «Él y nosotros somos uno». Según el Profeta Mahoma, «quien se conoce a sí mismo conoce a su Señor». Mansûr al-Hallâj, el poeta sufí extático, conocido como “el mártir del amor místico”, lo describía de esta forma: «he visto al Señor en el Ojo del Corazón. Yo dije: “¿quién eres?”, Él respondió: “tú”». Al-Hallâj fue encarcelado y sentenciado a muerte por la siguiente afirmación: «*Ana’l Haqq*: yo soy Dios, la Verdad Absoluta, la Realidad Verdadera».

Lo divino y su creación

Ahora podemos resumir las comprensiones profundas de los estados holotrópicos de conciencia relativas al principio creador, la naturaleza de la realidad y nuestra propia naturaleza. Como ya

hemos visto, estas comprensiones profundas repiten el mensaje de las grandes tradiciones espirituales del mundo. Sugieren que el mundo de la materia sólida –representado por el espacio tridimensional, el tiempo lineal y la causalidad permanente, tal como la experimentamos en nuestros estados ordinarios de conciencia– no tiene una existencia independiente por sí mismo. En lugar de ser la única realidad verdadera, como la describe la ciencia materialista, es una creación de la Conciencia Absoluta.

A la luz de estas comprensiones internas, el mundo material de nuestra vida cotidiana, incluido nuestro propio cuerpo, es un tejido complejo de percepciones y lecturas erróneas. Es un producto lúdico y algo arbitrario del principio cósmico creador, una "realidad virtual" infinitamente compleja, una obra divina creada por la Conciencia Absoluta y el Vacío Cósmico. En su naturaleza más profunda, nuestro universo, que parece contener innumerables miríadas de entidades y elementos separados, es sólo un ser de inmensas proporciones y de una complejidad inimaginable.

Lo mismo puede decirse de todas las demás dimensiones y ámbitos de la existencia que podemos descubrir en los estados holotrópicos de conciencia. Puesto que no existen fronteras absolutas entre la psique individual, ninguna parte de la creación y el principio cósmico creador en sí mismo, cada uno de nosotros es, en última instancia, idéntico a la fuente divina de creación. Así pues, somos colectiva e individualmente los guionistas y los actores de la obra cósmica. Puesto que en nuestra verdadera naturaleza tenemos la misma identidad que el principio cósmico creador, no podemos colmar nuestros anhelos emprendiendo cosas en el mundo material, con independencia de cuál sea su naturaleza y alcance. Nada que esté por debajo de experimentar la unidad mística con la fuente divina saciará nuestro más profundo anhelo.

4. EL PROCESO DE LA CREACIÓN

> Así como de un fuego resplandeciente, chispas
> por millares se producen con la misma forma,
> así de lo Imperecedero, amigo mío,
> múltiples seres se producen y allí también avanzan.
>
> *Mundaka Upanishad*

> Aun cuando hagas cien nudos
> sigue siendo una sola cuerda.
>
> RÛMÎ

El misterio del impulso creador

La toma de conciencia de que todos los mundos fenoménicos, incluido nuestro plano material, son realidades virtuales creadas por la Conciencia Absoluta, nos lleva a plantearnos algunas cuestiones de gran interés. La fusión y la unión con el principio cósmico creador, tal como se describió en el capítulo anterior, es sin duda una experiencia extraordinaria y muy deseable desde el punto de vista de un ser humano individual. Muchas tradiciones espirituales consideran que alcanzar este estado es la meta definitiva de la búsqueda espiritual. Sin embargo, quienes realmente alcanzan la unión con la Mente Universal se dan cuenta de que la situación es mucho más compleja.

Estas personas descubren que lo que alguna vez consideraron que era la meta del viaje espiritual es también el origen de la creación. Para ellos se vuelve evidente que, para crear los mundos fenoménicos, lo Divino tiene que abandonar su estado original de unidad prístina e indiferenciada. Teniendo en cuenta lo fantástica que es la experiencia de identificación con la Conciencia Absoluta desde el punto de vista humano, parece extraño que el principio creador deba buscar una alternativa, o al menos un complemento, a la simple experiencia de sí mismo. Esto conduce naturalmente a la cuestión sobre la naturaleza de las fuerzas que compelen a la Conciencia Absoluta a abandonar su estado primordial y a emprender el proceso de crear realidades vivenciales como el mundo en que vivimos. ¿Qué es lo que probablemente podría motivar a lo Divino a buscar la separación, el dolor, la lucha; en resumen la imperfección y la impermanencia, que son precisamente los estados de los que estamos intentando escapar cuando nos embarcamos en la aventura espiritual?

Las personas que en su exploración interna logran la identificación con la Conciencia Absoluta suelen tener profundas comprensiones fascinantes de la dinámica de la creación. Antes de que empecemos a examinar estas revelaciones, es importante recordar que los estados holotrópicos en general, y aquéllos que implican niveles trascendentes de conciencia en particular, no se prestan muy bien a descripciones verbales. Cuando revisamos estos informes, podemos encontrarlos interesantes e intelectualmente estimulantes, o sentirnos inspirados por ellos, pero no debemos esperar de ellos explicaciones lógicas que puedan satisfacer plenamente nuestra mente racional. A causa de las limitaciones inherentes a nuestras facultades intelectuales, los intentos humanos de entender las "razones" o "motivos" de la creación nunca serán completamente satisfactorios. La razón es un instrumento inadecuado para el análisis de las dimensiones trascendentes de la existencia y de los principios que operan en un nivel altamente metafísico. En última instancia, la verdadera comprensión de estos asuntos sólo es posible por medio de la experiencia personal.

Las personas que describen sus experiencias de identificación con lo Divino no son capaces de evitar las perspectivas antropocéntricas ni de superar las limitaciones del lenguaje. Así pues, el impulso creador de la Conciencia Absoluta se describe a menudo relacionándolo con los diversos estados psicológicos que conocemos en nuestra vida cotidiana, como el amor, el anhelo o la soledad. Sus autores suelen escribir con mayúsculas las iniciales de estas palabras para indicar que están intentando expresar analogías trascendentes u "octavas superiores" de dichos sentimientos en lugar de estados directamente comparables a los que conocemos en nuestra vida cotidiana. Ésta es una práctica muy conocida en los escritos de pacientes psiquiátricos que han tenido la experiencia de revelaciones inhabituales sobre temas trascendentes y se esfuerzan por describir lo que les ha sucedido.

Los informes de personas que en sus estados holotrópicos de conciencia han tenido comprensiones profundas sobre la "motivación" del principio creador divino para generar mundos de experiencias contienen algunas contradicciones interesantes. Una categoría importante de estas comprensiones profundas recalca los recursos fantásticos y las capacidades inconcebibles de la Conciencia Absoluta. Otro grupo de revelaciones sugiere que, en el proceso de creación, la Conciencia Absoluta busca algo de lo que carece y que echa en falta en su estado original primordial. Desde una perspectiva ordinaria, estas dos categorías de comprensiones profundas parecen contradecirse entre sí. En los estados holotrópicos, sin embargo, desaparece este conflicto y ambas categorías pueden coexistir fácilmente.

La cornucopia divina

El impulso de crear suele describirse como una fuerza elemental que refleja la inimaginable riqueza y la abundancia interna de lo Divino. La fuente cósmica creadora es tan inmensa y desborda tantas posibilidades ilimitadas que no puede contenerse a sí mis-

ma y tiene que expresar la plenitud de su potencial escondido. La experiencia de esta cualidad de la Conciencia Absoluta a veces se compara a una visión de cerca de los procesos termonucleares del sol, el principio que da la vida y es la fuente de energía de nuestro planeta. Las personas que han tenido esta experiencia se dan cuenta de que el sol es la expresión más inmediata de lo divino que podamos experimentar en el mundo material y entienden por qué algunas culturas veneraron al sol como dios.

Sin embargo, habitualmente resaltan que esta similitud no debería ser tomada demasiado literalmente, puesto que existen importantes diferencias entre el sol como cuerpo astronómico y el Sol Cósmico, el principio creador responsable de la creación. El sol físico sólo contribuye con la energía necesaria a los procesos de la vida, mientras que la fuente divina también proporciona el Logos de la creación: su orden, formas y sentido. Sin embargo, en nuestra vida cotidiana, observar el sol parece ser la aproximación más aproximada que tengamos a la experiencia de la fuente divina de la creación tal como se nos revela en los estados holotrópicos.

Otras descripciones ponen el acento en el inmenso deseo de la Mente Universal de lograr conocerse a sí misma y experimentar toda la plenitud de su potencial. Esto sólo puede hacerse mediante la exteriorización y la manifestación de todas sus posibilidades latentes en forma de un acto creador concreto. Exige la polarización en sujeto y objeto, la dicotomía entre observador y observado. Estas comprensiones profundas recuerdan la forma en que se explica la creación en ciertos textos cabalísticos, según los cuales hubo una vez un estado previo de no existencia, en el que «el Rostro no contemplaba el Rostro». La razón para la creación fue que «Dios deseaba contemplar a Dios». Igualmente, el gran místico persa Jalâluddîn Rûmî escribió: «Yo era un tesoro escondido [...] creé todo el universo y su única finalidad fue manifestarMe» (Hines 1996).

Otras dimensiones importantes del proceso creador que frecuentemente se ponen de relieve son el carácter lúdico, el propio

deleite y el humor cósmico del Creador. Éstos son elementos que han sido muy bien descritos en los antiguos textos hindúes, que hablan del universo y de la existencia como *lîlâ*, o Juego Divino. Según este punto de vista, la creación es una obra cósmica intrincada e infinitamente compleja que Dios, Brahman, crea a partir de sí mismo y dentro de sí. Él es el autor que ha concebido la obra, así como su productor, director y también todos los actores que hacen la multitud de papeles que hay en ella. Esta gran obra de obras cósmica se representa en muchas dimensiones, a muchos niveles y a escalas inimaginables.

La creación también puede verse como un experimento colosal que expresa la inmensa curiosidad de la Conciencia Absoluta, una pasión análoga a la de un científico que consagra su vida a la exploración y la investigación. Sin embargo, el experimento cósmico es, de una forma natural, infinitamente más complejo que cualquier cosa que pudiera concebir el esfuerzo colectivo de todos los científicos del mundo. Todos los descubrimientos fascinantes de la ciencia, que desentrañan el microcosmos y las remotas regiones del universo, apenas arañan la superficie del enigma insondable de la existencia. La ciencia, en su estado actual, sólo investiga la naturaleza y el contenido de los productos finales de la creación por procedimientos cada vez más refinados, pero no revela nada sobre el proceso misterioso que subyace en ella y la manifiesta.

La cuestión que repetidamente emerge de los estados no ordinarios de conciencia es el grado de control que tiene lo Divino en el proceso de creación. Es un problema al que se enfrentó a menudo Albert Einstein. Ésta es la formulación de sus propias palabras: «lo que realmente me interesa es si Dios tuvo elección en la creación del mundo». Las respuestas de las personas que han alcanzado este nivel de comprensión profunda no son unánimes. A veces parece que la Conciencia Absoluta está plenamente a cargo de la creación en su totalidad y en todos sus detalles. En este caso, todas las sorpresas de la obra cósmica sólo las tienen los protagonistas individuales y son debidas a la retirada repentina

del velo de ignorancia que revela aspectos significativos del conocimiento divino que previamente les estaba oculto.

A veces, las personas que experimentan estados holotrópicos se hacen conscientes de una alternativa significativa a este escenario. Comprueban que podría ser posible que sólo los parámetros básicos de la creación estén claramente definidos, pero que el resultado final detallado siga siendo impredecible incluso para lo Divino. Este último modelo de la obra cósmica puede compararse a un caleidoscopio o a un juego de ajedrez. El inventor del caleidoscopio obviamente se dio cuenta de que al girar el tubo que contiene los espejos especialmente dispuestos y las piezas de cristal de colores produciría patrones de hermosas imágenes cambiantes. Sin embargo, seguramente no podía haber previsto todas las constelaciones y combinaciones concretas que podrían surgir cuando alguien mirase a su través.

Igualmente, el inventor del ajedrez podría ver el potencial general de un juego que se juega en un tablero de 64 cuadrados blancos y negros con figuras que tienen funciones y movimientos definidos. Pero hubiera estado absolutamente fuera de cuestión anticipar todas las infinitas posibilidades de las situaciones concretas a las que podía conducir el juego de ajedrez. Naturalmente, la complejidad de la creación es infinitamente mayor que la del caleidoscopio o la del ajedrez. Aunque la inteligencia de la Conciencia Absoluta sea inmensa, es concebible que el desarrollo de la obra cósmica pueda estar más allá de su control y pueda proporcionar auténticas sorpresas.

Esto se halla íntimamante conectado con la cuestión de nuestro propio rol en la obra cósmica. Si el guión universal estuviera escrito por lo Divino en todos sus detalles, no nos dejaría como actores individuales ninguna posibilidad de participación activa y creativa. Lo mejor que podemos hacer es despertar al hecho de que en el pasado nuestra vida no ha sido auténtica porque no hemos estado bien informados de los aspectos fundamentales de la existencia y de nuestra propia naturaleza. Sin embargo, si algunos resultados son impredecibles incluso para lo Divino, diversas

tendencias indeseables, como la actual crisis global, podrían requerir nuestra ayuda. En ese caso, realmente podríamos convertirnos en verdaderos jugadores activos y colaboradores útiles de la Conciencia Absoluta en el juego divino.

Algunas personas que han tenido comprensiones penetrantes sobre los "motivos" para que exista la creación, también recalcan su aspecto estético. En nuestra vida diaria, a menudo nos asombramos por la belleza intrínseca del universo y de la naturaleza, así como por aquellos aspectos de la creación en los que ha intervenido la actividad humana, como puede ser cualquier obra de arte o cualquier estructura arquitectónica exquisitas. En los estados holotrópicos se refuerza enormemente la capacidad para apreciar el lado estético de todos los diferentes aspectos de la vida y de la existencia. Por emplear la expresión de William Blake, «cuando se limpian las puertas de la percepción» es difícil perderse la asombrosa belleza de la creación. Desde esta perspectiva, el universo en que vivimos y todas las realidades de la experiencia en otras dimensiones también parecen ser obras de arte consumadas, y el impulso para crearlas puede compararse con la inspiración y la pasión creadora de un magnífico artista.

El anhelo divino

Como mencioné anteriormente, a veces las comprensiones profundas sobre las fuerzas que subyacen a la creación revelan "motivos" para la misma, que son de diferente orden y que hasta parecen estar en conflicto con los descritos anteriormente. Éstos no reflejan abundancia desbordante, riqueza, autosuficiencia esencial y maestría del principio cósmico creador, sino un cierto sentido de deficiencia, necesidad o deseo. Por ejemplo, es posible descubrir que, a pesar de la inmensidad y perfección de su estado de ser, la Conciencia Absoluta se da cuenta de que está sola. Esta Soledad encuentra su expresión en un inmenso anhelo de tener compañía, comunicar y compartir: una especie de Anhelo Di-

vino. La fuerza más poderosa que se halla detrás de toda la creación se describe en este caso como una necesidad del principio creador de dar y recibir Amor.

Otra dimensión crítica del proceso creador, que pertenece a esta categoría y que ocasionalmente ha sido comentada, parece ser el deseo primordial por parte de la fuente divina de vivir la experiencia del mundo material tangible. Según estas comprensiones profundas, el Espíritu tiene un deseo profundo de experimentar lo que es opuesto y contrario a su propia naturaleza. Quiere explorar todas las cualidades que no tiene en su naturaleza primordial y convertirse en todo lo que no es. Siendo eterno, infinito, ilimitado y etéreo, anhela lo efímero, lo impermanente, lo limitado por el tiempo y el espacio, lo que es sólido y corpóreo. Esta relación dinámica entre espíritu y materia fue descrita en la mitología azteca como la tensión entre dos divinidades: Tezcatlipoca ("el Espejo Humeante"), que simboliza la materia, y Quetzalcóatl (la Serpiente Emplumada), que representa el espíritu. Una hermosa ilustración de esta danza cósmica entre Quetzalcóatl y Tezcatlipoca puede encontrarse en el pergamino azteca conocido como *Codex Borbonicus.*

La comprensión del papel activo de la conciencia en la creación no se halla necesariamente limitada a la religión, la filosofía y la mitología. Según los físicos modernos, el acto de observación consciente cambia la probabilidad de que se produzca la realización efectiva de ciertos acontecimientos, participando de este modo en la creación de la realidad material. En una de sus conferencias en que exploraba las implicaciones filosóficas y espirituales de la física cuántica, el físico Fred Alan Wolf se refirió al papel activo que la conciencia desempeña en la creación del mundo material. Entre las diversas hipótesis sobre los mecanismos que subyacen a este proceso, sugirió que la razón definitiva de la creación del mundo material podría ser el añadir conciencia y espíritu a la experiencia de la materia. En la vida cotidiana, este anhelo de la materia por parte del espíritu podría ser la raíz más profunda de todos nuestros apegos y ambiciones humanas.

Otro importante "motivo" para la creación que se menciona ocasionalmente es el elemento de monotonía. Por muy inmensa y gloriosa que pueda parecer la experiencia de lo Divino desde el punto de vista humano, para lo Divino es siempre la misma y, en este sentido, monótona. La creación puede verse como un esfuerzo titánico que expresa un anhelo trascendente de cambio, acción, movimiento, drama y sorpresa. Las innumerables realidades existenciales en muchas y diferentes dimensiones y a muchos niveles ofrecen un número infinito de oportunidades para posibles aventuras de la conciencia y el autoentretenimiento divino. Las formulaciones extremas que describen la creación como un acto enfocado a superar la monotonía de la Conciencia Absoluta e indiferenciada se refieren incluso al Aburrimiento cósmico. Esto resuena de nuevo con pasajes de textos cabalísticos medievales que describen que una de las razones por las que dios creó el universo fue la de superar el aburrimiento.

La creación de diversos mundos fenoménicos también hace posible que la Conciencia Absoluta pueda escapar del intolerable Aquí y Ahora Eterno hacia una experiencia predecible y cómoda de tiempo lineal, espacio limitado e impermanencia. Ésta sería, pues, la polaridad opuesta y la imagen especular negativa del miedo humano a la muerte y a la impermanencia que subyace en nuestro profundo anhelo de inmortalidad y trascendencia. Para las personas que han tenido esta experiencia, la amenaza de extinción de la conciencia puede ser permanentemente sustituida por la toma de conciencia de que, en última instancia, no hay ninguna salida posible fuera de la conciencia.

Todos los que han tenido la fortuna de vivir estas profundas comprensiones del laboratorio cósmico de la creación parecen estar de acuerdo en que cualquier cosa que pueda decirse sobre este nivel de realidad, en forma alguna puede hacer justicia a lo que han visto. El impulso monumental y de proporciones inimaginables que es responsable de la creación del mundo fenoménico parece contener todos los elementos que acabamos de exponer, por contradictorios y paradójicos que puedan parecer a



Figura 1. Quetzalcóatl y Tezcatlipoca. Las leyendas del Méjico precolombino afirman que los mundos de la materia y del espíritu coexisten y que cada uno de ellos posee algo que el otro necesita. En esta pintura del *Codex Borbonicus* azteca, la tensión dinámica entre Espíritu y Materia se representa como una danza cósmica y complementaria de Quetzalcóatl (en su forma de Ehecatl, dios del viento y de la respiración) y Tezcatlipoca, el Espejo Humeante.

Fuente: Stanislav Grof, *Books of the Dead.* Thames & Hudson, Londres, 1996, p. 93. Reproducido con autorización de la Bibliothèque de l'Assemblée Nationale, 126 rue de l'Université, 75007 París.

nuestra sensibilidad y sentido común ordinarios, y aún muchos más. Es claro que, a pesar de todos nuestros esfuerzos por comprender y describir la creación, la naturaleza del principio creador y del proceso de creación sigue siendo un misterio velado e insondable.

La dinámica del proceso creador

Además de las revelaciones relativas a las "razones" de la creación (el "por qué" de la creación), las experiencias que se tienen en los estados holotrópicos aportan con frecuencia comprensiones profundas e iluminadoras sobre la dinámica y los mecanismos concretos del proceso creador (el "cómo" de la creación). Éstos se hallan relacionados con la "tecnología de la conciencia", que genera experiencias con características sensoriales diferentes y, al orquestarlas de una forma coherente y sistemática, crea realidades virtuales. Aunque las descripciones de estas comprensiones profundas varían en los detalles, el lenguaje y las metáforas utilizadas para describirlas suelen distinguir dos procesos interrelacionados y mutuamente complementarios que se hallan implicados en la creación de los mundos fenoménicos.

El primero de ellos es la actividad que divide la unidad indiferenciada original de la Conciencia Absoluta en un número cada vez mayor de unidades derivadas de conciencia. La Mente Universal se embarca en una obra creativa que implica secuencias complicadas de divisiones, fragmentaciones y diferenciaciones. El resultado final es el de mundos de experiencias que contienen innumerables entes separados dotados de formas específicas de conciencia y que poseen una conciencia selectiva de sí mismos. Parece existir un consenso general en que éstos nacen mediante divisiones y subdivisiones múltiples del campo originalmente unificado de la conciencia cósmica. Así pues, lo Divino no crea algo fuera de sí, sino mediante transformaciones dentro del campo de su propio ser.

El segundo elemento importante en el proceso de la creación es una forma única de "división" o de "pantalla cósmica" de aislamiento con la que los entes filiales conscientes pierden progresivamente contacto con su fuente original y conciencia de su naturaleza prístina. También desarrollan un sentido de identidad individual y un estado de separación absoluta entre sí. En las fases finales de este proceso existen pantallas intangibles, pero relativamente impermeables, entre estas unidades separadas y también entre cada una de ellas y el océano indiferenciado original de Conciencia Absoluta. Es importante recalcar que esta sensación de separación es puramente subjetiva y, en última instancia, ilusoria. En un nivel más profundo, la unidad no dividida e indiferenciada continúa subyacente en toda la creación.

Los términos "división" y "pantalla cósmica" no son totalmente adecuados en este contexto, puesto que sugieren una separación mecánica de elementos y una ruptura de la totalidad en partes. Estas imágenes concretas son mucho más adecuadas para oficios que tienen que ver con materiales diversos, como la construcción o la carpintería, que para la dinámica a la que me estoy refiriendo. Es por esto por lo que muchas personas toman prestada la terminología de la psicología y comparan este proceso con mecanismos como el olvido, la represión o la disociación. Aquí estamos hablando del fenómeno que el escritor y filósofo Alan Watts llamó "el tabú de conocer quién se es". Según las comprensiones profundas obtenidas en diversos estados holotrópicos, las unidades separadas de conciencia no son necesariamente sólo seres humanos y animales, sino también plantas y elementos del mundo inorgánico, entes desencarnados y seres arquetípicos.

La relación entre la Conciencia Absoluta y sus partes es única y compleja, y no puede ser entendida por medio del pensamiento convencional y de la lógica ordinaria. Nuestro sentido común nos dice que una parte no puede ser simultáneamente el todo y que el todo, al ser un conjunto de sus partes, tiene que ser más grande que cualquiera de sus componentes. Y como el todo es el conjunto de sus elementos constitutivos, podemos entenderlo estudian-

do sus partes. Hasta hace muy poco, éste había sido uno de los postulados fundamentales de la ciencia occidental. Por añadidura, las partes deben tener una localización específica en el contexto del todo y ocupar una determinada parte de su tamaño general. Aunque todo lo que acabamos de decir de la relación entre el todo y las partes parece ser cierto y obvio en nuestra vida cotidiana, ninguna de estas características y limitaciones puede aplicarse en un sentido absoluto al juego cósmico.

En el entramado universal, y a pesar de su individualidad y de sus diferencias específicas, las unidades separadas de conciencia permanecen en otro nivel esencialmcnte idénticas con su fuente y entre sí. Éstas poseen una naturaleza paradójica, al ser totalidades y partes al mismo tiempo. La información esencial sobre cada una de ellas se distribuye por todo el campo cósmico y dichas partes ticnen, a su vez, un acceso potencial a la información sobre toda la creación. Esto se hace más obvio en lo que respecta a los seres humanos, de los cuales tenemos pruebas directas de estas relaciones gracias a todo el espcctro de experiencias transpersonales.

En los estados transpersonales tenemos el potencial de vivirnos como algo que forma parte de la creación, lo mismo que el mismo principio creador. Esto también es así para las demás personas que pueden vivirse como cualquier cosa y como cualquier persona, incluidos nosotros mismos. En este sentido, todo ser humano no sólo es una pequeña parte constitutiva del universo, sino también el campo entero de la creación. Una interconexión similar parece existir en el reino animal y botánico, e incluso en el mundo inorgánico. Las observaciones relativas a la evolución de las especies y las paradojas de la física cuántica apuntan sin duda en esta dirección.

Esta situación recuerda a las descripciones de los antiguos sistemas hindúes espirituales, particularmente el jainismo y el budismo avatamsaka. Según la cosmología jainista, el mundo de la creación es un sistema infinitamente complejo de unidades engañadas de conciencia, o *jîvas*, atrapadas en diferentes aspectos y

etapas del proceso cósmico. Su naturaleza prístina está contaminada por estar involucradas en la realidad material y, particularmente, en los procesos biológicos. Los jainistas asocian estas *jîvas* no sólo con las formas de vida orgánica, sino también con los objetos y procesos inorgánicos. Cada *jîva*, a pesar de su estado de aparente separación, permanece conectada con todas las demás *jîvas* y contiene un conocimiento sobre todas ellas.

El *Sûtra Avatamsaka* utiliza una imagen poética para ilustrar el estado de interconexión de todas las cosas. Es el famoso collar del dios védico Indra: «Se dice que en el cielo de Indra hay una malla de perlas, dispuestas de tal modo que si se mira a una de ellas, todas las demás se ven reflejadas. Igualmente, cada objeto del mundo no es simplemente él mismo, sino que abarca todos los demás objetos y, de hecho, todo lo que existe». Conceptos similares pueden encontrarse en la escuela de pensamiento budista Hwa Yen, la versión china de la misma enseñanza. Hwa Yen es una visión holística del universo que encarna una de las comprensiones más profundas que la mente humana haya jamás alcanzado. La esencia de esta filosofía puede expresarse sucintamente en pocas palabras: «Uno en Uno, Uno en Muchos, Muchos en Uno, Muchos en Muchos». El concepto de interpenetración cósmica mutua característica de esta escuela queda bellamente ejemplificada en la siguiente historia:

> La emperatriz Wu, que tenía dificultades para comprender la complejidad de la filosofía Hwa Yen, preguntó a Fa Tsang, uno de los fundadores de la escuela, que le hiciera una simple demostración práctica de la interrelación cósmica. Fa Tsang la llevó a una gran sala, cuyo interior estaba completamente cubierto de espejos, tanto las paredes, como el techo y el suelo. Encendió una vela en el centro de esta sala y la suspendió del techo. Inmediatamente se vieron rodeados por miríadas de velas resplandecientes de diferentes tamaños que llegaban hasta el infinito. Esta fue la forma que tuvo Fa Tsang de ilustrar la relación de lo Uno con lo múltiple.

A continuación, colocó en el centro de la sala un pequeño cristal de muchas caras. Todo lo que estaba alrededor del cristal, incluidas las innumerables imágenes de velas, fue recogido y reflejado en el pequeño interior de aquella piedra brillante. De esta forma, Fa Tsang fue capaz de demostrar cómo en la Realidad Esencial, lo infinitamente pequeño contiene lo infinitamente grande y lo infinitamente grande contiene lo infinitamente pequeño sin obstrucción alguna. Tras hacer esto, señaló que este modelo estático era en realidad muy limitado e imperfecto, y que jamás podía captar el movimiento multidimensional y perpetuo del universo y la libre interpenetración del Tiempo y la Eternidad, así como el pasado, el presente y el futuro.

Metáforas de la creación

Las personas que en estados holotrópicos han tenido la visión de la dinámica de los procesos cósmicos de creación e intentan describir sus comprensiones profundas carecen con frecuencia de los medios adecuados de expresión verbal. Normalmente tienden a recurrir a diversas imágenes simbólicas, metáforas y paralelismos de la vida cotidiana, con la esperanza de que esto les ayude a ilustrar algunas de las experiencias e ideas que están intentando comunicar. Me serviré del mismo enfoque en la siguiente descripción del proceso creador, utilizando como ilustración imágenes extraídas de la circulación del agua en la naturaleza. Referencias a estos fenómenos naturales son particularmente frecuentes en las descripciones de las sesiones que contienen visiones cosmológicas. Antes del inicio de la creación, la Conciencia Cósmica es un campo indiferenciado e ilimitado de inmenso potencial creador. Dentro de él, la creación empieza como una onda, como una perturbación de la unidad original que se manifiesta como un juego imaginado de imágenes de diversas formas. Al principio, los entes creados mantienen su contacto con la fuente, ya que la separación es sólo un intento relativo e incompleto. Utilizando la metáfora del agua,

la unidad original e indivisa de la Conciencia Absoluta tendría la forma de un océano profundo y en calma de una magnitud inimaginable. La imagen que ilustra mejor la etapa inicial del proceso de creación es la formación de olas en la superficie del océano.

Desde un punto de vista, las olas pueden verse y describirse como entidades separadas e individuales. Por ejemplo, es posible hablar de una gran ola verde y rápida, o de una que es buena o peligrosa para los surfistas. Al mismo tiempo es obvio que, a pesar de su relativa individualidad, la ola forma también parte integrante del océano. La diferenciación del océano por parte de las olas es un fenómeno lúdico, ilusorio e incompleto. Una repentina brisa puede formar olas en la superficie del océano, pero cuando el viento se calma, estas olas recuperan su plena identidad original con el océano.

En la fase que he descrito hasta aquí, la fuente creativa genera imágenes diferentes de sí misma, pero éstas retienen la conexión con la fuente y la conciencia de su identidad esencial. La creación auténtica exige que sus productos se separen y se hagan claramente distinguibles de la matriz creadora. En rigor, la creación sólo empieza cuando se corta la conexión con la fuente y se establece una identidad separada. Al principio esto sólo puede suceder en un momento fugaz. La imagen metafórica correspondiente sería la de una ola rompiéndose contra el viento o la costa. Cuando el cuerpo sólido de agua estalla en miles de pequeñas gotas, éstas asumen por un instante una identidad separada y una existencia independiente mientras vuelan por el aire. Esta situación sólo dura un instante, hasta que todas ellas caen de nuevo y se reúnen con el océano.

En la siguiente fase, la separación es mucho más definida y las unidades separadas de conciencia asumen su identidad e independencia individual durante un considerable período de tiempo. Éste es el principio de la división, la acción de la "pantalla cósmica" o la disociación y el olvido cósmicos. La unidad original con la fuente se pierde temporalmente y se olvida de su identidad divina. Un paralelismo metafórico de esta situación podría

ser el agua que tras la marea queda atrapada en una oquedad de la roca del acantilado al retirarse el océano durante la marea baja. Este fenómeno implica una separación a largo plazo entre las aguas maternales del océano y el agua de la oquedad. Sin embargo, durante la siguiente marea alta se restablecerá la unión y la masa separada de agua retornará a la fuente.

La continuación del proceso de individuación tiene como consecuencia una situación en la que la separación es completa, convincente y puede parecer permanente. Se produce entonces una metamorfosis radical y las unidades separadas de conciencia asumen una nueva identidad muy diferente de la anterior. La unidad original es oscurecida y ocultada, pero no se pierde totalmente. Esta fase de creación puede ilustrarse como una masa de agua que se ha evaporado del océano y ha formado una nube. Antes de convertirse en nube, el agua sufre una profunda transformación. En estos momentos la nueva entidad posee una forma específica y característica y una vida por sí misma, pero las pequeñas gotitas de agua que pueden formarse en ella revelan la fuente y origen de este nuevo fenómeno. Pueden condensarse fácilmente, precipitarse en forma de lluvia e iniciar su camino de reunión con el océano.

En la fase final, la separación es completa y la unión con la fuente parece totalmente perdida. La transformación es radical y total, olvidándose la identidad original. La forma de esta nueva unidad es distinta, muy compleja y se ha solidificado. Al mismo tiempo, el proceso de divisiones múltiples ha avanzado y la conciencia de la entidad creada parece representar sólo una parte infinitamente pequeña del todo original. Un buen ejemplo de esta fase es el copo de nieve que se cristalizó en la nube a partir del agua originalmente evaporada del océano. El copo de nieve representa sólo un fragmento infinitesimal en la masa de agua del océano y tiene una forma y estructura individual muy concreta. La sorprendente diversidad de formas que pueden adoptar los copos de nieve ilustra muy bien la riqueza de la creación que caracteriza el mundo fenoménico. El copo de nieve tiene muy poca similitud con la fuen-

te y, para poder reunirse de nuevo con ella, tiene que sufrir cambios fundamentales en su estructura y perder su identidad.

Podríamos avanzar un paso y pensar en un bloque de hielo. En él, el agua está tan radicalmente transmutada y es tan diferente de su forma original que no podríamos ser capaces de reconocer su identidad con el agua si no tuviéramos el conocimiento intelectual del proceso de congelación y de sus efectos. En agudo contraste con el agua, el hielo es denso, sólido, duro y rígido. Al igual que el copo de nieve, para volver a su condición acuática original tiene que sufrir una completa destrucción y perder lo que parecen ser sus características esenciales.

Imágenes similares que comparan los diversos aspectos de la creación con el agua pueden encontrarse en los textos místicos de todos los tiempos. Así es como Rûmî describe lo Divino y sus obras: «Ése es el océano de Unidad, en el que no hay pareja ni consorte. Sus perlas y peces no son otros que sus olas [...] el espíritu es verdaderamente y siempre uno, pero sus manifestaciones en diferentes planos de creación son diferentes. Lo mismo exactamente que el cielo, el agua y el vapor no son tres cosas sino únicamente tres formas de la misma cosa, el Espíritu es uno, pero sus formas son múltiples. En los reinos más trascendentes mora como un ente extremadamente delicado y sutil, pero a medida que descendemos hacia las regiones menos sutiles, este Espíritu también adopta formas menos sutiles».

En la situación extrema, la fuente no sólo se pierde y es olvidada sino que se niega su existencia. Podría ser difícil encontrar una imagen que se ajuste a esta fase de creación y que pueda relacionarse con la circulación del agua en la naturaleza. El mejor ejemplo a este respecto es el ateo. Así es como una de las personas con las que he trabajado veía el dilema del ateo en un estado holotrópico de conciencia:

> Un ateo encarna la última expresión del humor cósmico. Es una unidad separada de la conciencia divina que ha dedicado su existencia temporal a una batalla tragicómica en pos de una ta-

> rea imposible. Insiste y está decidido a probar que el universo y él mismo sólo son conjuntos accidentales de materia y que el creador no existe. Un ateo ha olvidado completamente que posee un origen divino, no cree en la existencia de Dios e incluso puede atacar apasionada y violentamente a todos los creyentes. Sri Aurobindo describió al ateo como «Dios jugando al escondite consigo mismo».

Además de las imágenes utilizadas aquí, todo el ciclo de circulación del agua en la naturaleza se utiliza a menudo en su totalidad para ilustrar el carácter del proceso cósmico. Según el tiempo que haga, el océano ofrece un hermoso y complejo juego de olas que constituye todo un mundo por derecho propio. El agua del océano se evapora y se convierte en nubes que, a su vez, poseen su propia y rica dinámica externa e interna. El agua de las nubes se precipita y regresa a la tierra en forma de lluvia, granizo o nieve. Éste es el principio del camino de la reunión. La nieve o el granizo se funden, las gotas de agua se unen en charcos y éstos forman hilos de agua, arroyos y grandes ríos. Después de múltiples confluencias, esta masa de agua alcanza el océano y se reúne con su fuente original.

El macrocosmos y el microcosmos: Como es arriba así es abajo

Otra esfera de la vida cotidiana que proporciona imágenes útiles que ilustran el proceso creador es la biología, en especial la relación que existe entre las células, los tejidos, los órganos y el organismo como un todo, por una parte, y los organismos, las especies y los ecosistemas, por otra. Esta situación puede utilizarse para demostrar cómo, en los procesos creadores, las diversas unidades de conciencia son entes individuales y autónomos por derecho propio, al mismo tiempo que partes de totalidades más amplias y, en última instancia, de todo el tejido cósmico.

Las células son estructuralmente entidades separadas, pero funcionalmente son elementos constitutivos de los tejidos y de los órganos. A su vez, los tejidos y los órganos son formas individuales de órdenes progresivamente superiores, pero también tienen roles significativos como partes de todo el organismo. En un cierto sentido el huevo fertilizado contiene todo el organismo, y el desarrollo embriológico es un despliegue de su potencial interno. Igualmente la encina podría verse como una bellota que ha desplegado su potencial.

También podríamos seguir este proceso en la dirección opuesta y profundizar en el microcosmos. Las células contienen orgánulos que están hechos de moléculas y éstas están compuestas de átomos. Los átomos pueden dividirse en partículas subatómicas y éstas, a su vez, en quarks, que se consideran habitualmente los elementos más pequeños de la materia. En ninguno de los ejemplos citados pueden entenderse las partes como entidades separadas e independientes del sistema que constituyen. Sólo tienen sentido en el contexto de totalidades más amplias y, en definitiva, como partes de la totalidad de la creación.

El cuerpo humano se desarrolla a partir de una única fuente indiferenciada, el óvulo fertilizado, mediante una compleja secuencia de divisiones que tienen como consecuencia la producción de un gran número y una variedad altamente especializada y diversificada de células. En su forma final existe una disposición jerárquica en la que cada parte también es un todo integrado. Un sistema complejo de regulaciones neurológicas y bioquímicas, que trascienden los límites anatómicos en todos los niveles, asegura la unidad funcional de las partes constitutivas. Además, cada célula alberga una serie de cromosomas que contienen información genética sobre todo el organismo. La ingeniería genética, ciencia que todavía se halla en sus primeras fases, ya ha sido capaz de crear un clon a partir del núcleo de una sola célula, es decir, una réplica exacta del organismo original. La información de todo el cuerpo se halla, por tanto, contenida en cada una de sus partes de un modo que hace muy apropiada la comparación con el proceso creador cósmico, tal como se ha descrito anteriormente.

En la visión del mundo de la ciencia tántrica, la relación entre el cosmos y el organismo humano no se ve como una simple metáfora o una ayuda conceptual. Los antiguos textos tántricos sugieren que el cuerpo humano es literalmente un microcosmos que refleja y contiene el macrocosmos entero. Si uno pudiera explorar totalmente su propio cuerpo y su propia psique, ello le aportaría el conocimiento de todos los mundos fenoménicos (Mookerjee y Khanna 1977). Esto se representa gráficamente en el Yantra Purushakâra, la imagen de la Persona Cósmica. En esta figura, el mundo material en el que vivimos se sitúa en la zona del vientre, la parte superior del cuerpo y la cabeza contienen los diferentes reinos celestiales y el resto del vientre y las piernas albergan los mundos subterráneos.

Buda describió la relación entre el cuerpo y el mundo con estas palabras: «en verdad os digo que en el interior de este cuerpo insondable se halla el mundo, su amanecer y su ocaso». En la cábala, los diez *sefirot*, principios arquetípicos que representan diversas etapas de la emanación divina, se ven como el cuerpo divino de Adán Kadmón con cabeza, brazos, piernas y órganos sexuales. El cuerpo humano es una réplica en miniatura de esta forma primordial. Conceptos similares pueden encontrarse también en el gnosticismo, la tradición hermética y en otros sistemas esotéricos.

Esta profunda conexión entre el organismo individual humano y el cosmos sugerida por diversas tradiciones esotéricas ha sido expresada en los famosos principios: «como es arriba así es abajo» o «como es fuera así es dentro». Las observaciones procedentes de las investigaciones modernas sobre la conciencia han arrojado una nueva luz sobre este antiguo concepto místico, que parece casi absurdo desde el punto de vista de la ciencia materialista. La psicología transpersonal ha descubierto que en los estados holotrópicos es posible identificarse vivencialmente con casi cualquier aspecto de la realidad física, el pasado y el presente, así como con diversos aspectos de otras dimensiones de la existencia. También ha confirmado que el cosmos entero es una forma misteriosa y codificada

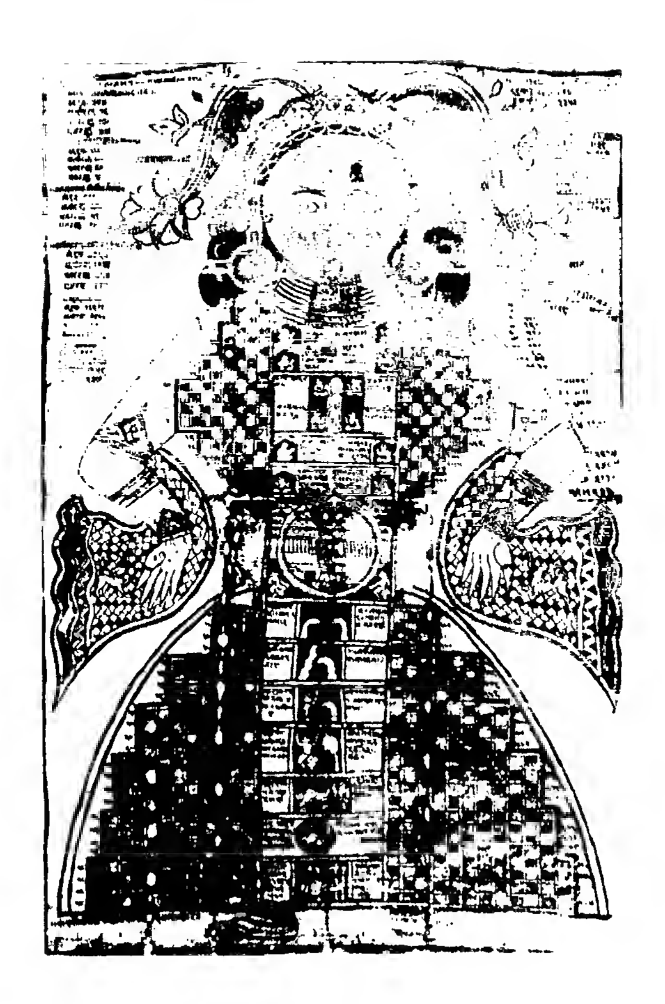


Figura 2. Yantra Purushakâra o Yantra del Hombre Cósmico, una gran visión macro y microcósmica del universo. Esta pintura tántrica del siglo XIII procedente de Rajastán, India, representa al ser humano que ha realizado su inmenso potencial y se ha convertido en el universo entero. Los siete planos ascendentes (*lokas*) representan experiencias de reinos celestiales, el plano central las experiencias del plano terrenal (*bhurloka*) y los planos descendentes los estados subnormales de conciencia.

Fuente: Philip Rawson, *Tantra: el culto indio del éxtasis* (serie Arte e Imaginación), lámina 20, publicada por Thames and Hudson Ltd., reproducida con la autorización de la Colección Ajit Lookerjee. Fotografía de Jeff Teasdale.


Utriusque Cosmi
MAIORIS scilicet et MINORIS METAPHYSICA, PHYSICA
ATQVE TECHNICA
HISTORIA
In duo Volumina secundum COSMI differentiam diuisa
AVTHORE ROBERTO FLUD aliâs de Fluctibus Armigero.
& in Medicina Doctore Oxoniensi.
Tomus Primus
De Macrocosmi Historia in duos tractatus diuisa.

Primus de

Quorum

Arithmeticam
Musicam
Geometriam
Perspectivam
Artem Pictoriam
Artem Militarem
Scientiam
Cosmographiam
Astrologiam
Geomantiam

Figura 3. El Hombre Cósmico Hermético. Ilustración procedente de un texto hermético del siglo xii de Robert Flud, *Utriusque cosmi historia*, tal como está reproducido en el libro de A. Roob, *Alchemie und Mystik,* Colonia, 1996, p. 543, que representa al ser humano como un microcosmos que refleja el macrocosmos. Los círculos concéntricos, que representan las esferas planetarias, están relacionadas con la estructura física del cuerpo. Las nueve esferas angélicas denotan la capacidad de servirse de la razón, el intelecto y la mente pura para lograr el estatus de Hombre Cósmico e incluso de Dios.

Fuente: Reproducido con autorización del Departamento de Manuscritos Antiguos de la Biblioteca central de la Universidad de Mannheim.



Figura 4. Adán Kadmón, el Hombre Universal primordial de los cabalistas se representa aquí sosteniendo el zodíaco y todo el sistema solar. La imagen de Adán Kadmón que encarna las diez emanaciones divinas, o *sefirot*, fue considerada por los místicos judíos como el reflejo y rcprcsentación más perfectos de la Divinidad.

Fuente: Reproducido de *The Secret Teachings of All Ages* de Manley Hall, a quien pertenece el copyright, y con autorización de la Philosophical Research Society de Los Ángeles, CA.

en la psique de cada uno de nosotros, que se vuelve accesible en una autoexploración profunda y sistemática.

La exposición de las posiciones jerárquicas del universo también podría extenderse más allá de los límites de los organismos individuales, puesto que cada forma de vida es sólo una parte de grupos y sistemas más amplios. Los animales forman colonias, bandadas, rebaños y manadas, y pertenecen a familias y especies. Los humanos forman parte de una familia, un clan, una tribu, una cultura, una nación, un género, una raza, etc., etc. Los organismos vivos –plantas, animales y seres humanos– pertenecen a diversos ecosistemas que se han desarrollado dentro de la biosfera de nuestro planeta. En la compleja estructura dinámica del universo, cada parte constituyente es una identidad separada y, al mismo tiempo, es miembro de un todo más amplio. Individualidad y participación en un contexto más amplio están dialécticamente combinadas e integradas.

La parte y el todo

La nueva relación que la ciencia moderna ha descubierto entre el todo y sus partes fue explorada y sistemáticamente descrita por el escritor y filósofo británico Arthur Koestler. En su libro *Janus*, titulado con el nombre del dios romano de dos caras, Koestler acuñó el término *holón* para reflejar el hecho de que todo lo que existe en el universo es simultáneamente un todo y una parte. La raíz de esta palabra, *hol,* sugiere totalidad e integridad (del griego *holos* = todo) y el sufijo *ón,* que se utiliza habitualmente en los nombres de partículas elementales, denota una parte o un elemento constitutivo. Los holones son entidades de dos caras, como Jano, en los niveles intermedios de cualquier jerarquía, que pueden ser descritas como totalidades o como partes, según cómo se les mire: desde "abajo" o desde "arriba" (Koestler 1978). El concepto de holones ha sido recientemente más desarrollado de una forma muy sofisticada y creativa por Ken Wilber (1995).

Los holones pueden acumularse en aglomerados más amplios. Las bacterias, por ejemplo, pueden formar un cultivo, o las estrellas pueden formar una galaxia. Estos son holones sociales compuestos por elementos del mismo orden. Estos holones también pueden crear holones emergentes de un orden superior. Los átomos de hidrógeno y los de oxígeno pueden combinarse en moléculas de agua, las macromoléculas pueden formar células y las células pueden organizarse en organismos multicelulares. Éstos son ejemplos de holones de un orden progresivamente superior. Lo que es importante desde el punto de vista de nuestra exposición es que en los estados holotrópicos todos los holones, individuales o sociales, tienen sus estados subjetivos correspondientes. Estos estados nos permiten identificarnos vivencialmente, de una forma auténtica y convincente, con cualquier aspecto de la existencia que en nuestra conciencia cotidiana ordinaria sentimos como un objeto separado de nosotros.

Así pues, podemos identificarnos conscientemente con átomos, moléculas o células concretas del cuerpo, ya sea como entidades individuales o como conjuntos. Además de vivirnos como otros seres humanos individuales, también podemos atravesar la identificación existencial con grupos humanos enteros, como, por ejemplo, todas las madres, todos los soldados o todos los cristianos del mundo. Podemos tener la visión de un solo lobo o de una manada de lobos y observarlos como objetos. Por añadidura, también podemos identificarnos vivencialmente con un solo lobo, así como experimentar la conciencia de toda una manada de lobos e incluso de toda la especie lobuna.

Alguna de las personas que han tenido la experiencia de estados holotrópicos nos han informado de haber experimentado la conciencia de un ecosistema, de la totalidad de la Vida como fenómeno cósmico o de todo nuestro planeta. En los estados transpersonales, todos los aspectos de la existencia, tal como se manifiestan en diferentes niveles y esferas de la realidad, pueden quedar potencialmente disponibles a la experiencia consciente. Ésta es una observación muy importante que aporta un

fuerte apoyo a la comprensión del universo y de la existencia como una obra divina de la Conciencia Absoluta.

La siguiente descripción es un resumen de la sesión de Kathleen, que participó en nuestro programa de formación psicodélica para profesionales del Centro de Investigación Psiquiátrica de Maryland. Es un ejemplo de experiencia transpersonal que abarca toda la vida y refleja su lucha por la supervivencia. Tuvo como resultado final un profundo sentimiento de compasión por todos los seres vivos y un aumento espectacular de su conciencia ecológica.

> Parecía haber conectado de una forma muy profunda con la vida de la Tierra. Al principio atravesé una serie de identificaciones con animales de diversas especies, pero después la experiencia se fue haciendo cada vez más amplia. Mi identidad se expandió no sólo horizontalmente en el espacio para incluir todas las formas vivas, sino también verticalmente, en el tiempo. Me convertí en el árbol evolutivo de Darwin con todas sus ramificaciones. Por increíble que esto pueda parecer, ¡me viví a mí misma como la totalidad de la vida!
>
> Sentí la cualidad cósmica de las energías y experiencias implicadas en el mundo de las formas vivas, la curiosidad sin fin y la experimentación que caracterizan la vida, así como el impulso de autoexpresión y autopreservación que actúa en muchos niveles diferentes. Tomé conciencia de lo que estábamos haciendo a la vida y a la Tierra desde que desarrollamos la tecnología. Y puesto que la tecnología es también un producto de la vida, la cuestión crucial a la que tenía que enfrentarme era si la vida de este planeta podría sobrevivir.
>
> ¿Es la vida un fenómeno viable y constructivo, o un producto maligno de la superficie de la Tierra, que contiene algún defecto fatal en su programa que le condena a la autodestrucción? ¿Es posible que ocurriera algún error básico cuando, al principio, se estableció el proyecto de la evolución de las formas orgánicas? ¿Pueden los creadores de universos cometer los errores que cometen los humanos? En aquel momento me parecía una

> idea plausible, aunque terrorífica; algo que nunca había considerado antes.

Kathleen se debatió algún tiempo con la cuestión de si era posible que el principio creador pudiera haber cometido un error fundamental al iniciar la creación y que no controlara plenamente el proceso. Llegó a la conclusión de que esto era probablemente así y de que lo Divino podría necesitar ayuda de los humanos para preservar su creación. Habiendo optado por lo que yo he descrito previamente como teoría del "caleidoscopio" o "juego de ajedrez" de la creación, Kathleen decidió convertirse en colaboradora activa de lo Divino en la batalla por la conservación de la vida. He aquí el resto de su sesión:

> Al identificarme con la vida, experimenté y exploré todo un espectro de fuerzas destructivas que operan en la naturaleza y en los seres humanos, y vi sus extensiones y proyecciones peligrosas en la tecnología moderna amenazando con hacer la Tierra inhabitable. En este contexto me convertí en las innumerables víctimas de la máquina militar de las guerras modernas, en los prisioneros de los campos de concentración muriendo en cámaras de gas, en los peces envenenados en ríos contaminados, en las plantas eliminadas por herbicidas y en los insectos rociados con productos químicos.
>
> Todo esto alternaba con experiencias pasajeras de bebés sonrientes, niños adorables que jugaban en la arena, animales recién nacidos y pájaros que salían del cascarón en nidos cuidadosamente construidos; en sabios delfines y ballenas que cruzaban las aguas cristalinas del océano y en imágenes de hermosos prados y bosques. Sentí una profunda empatía con la vida, una fuerte conciencia ecológica y una determinación real de unirme a las fuerzas que afirman la vida en este planeta.

Ideas similares al concepto del holón de Koestler fueron expresadas en el siglo XVIII en el trabajo del filósofo y matemático

Gottfried Wilhem von Leibniz. En su *Monadología*, Leibniz (1951) describió el universo como algo compuesto por unidades elementales llamadas *mónadas*. Estas mónadas tienen muchas características de las *jîvas* jainistas. Lo mismo que en la visión del mundo jainista, en la filosofía del Leibniz todo el conocimiento del universo entero puede deducirse de la información contenida en cada una de las mónadas.

Es interesante el hecho de que Leibniz originase la técnica matemática que sirvió para el desarrollo de la holografía óptica, un nuevo campo que proporcionó por primera vez una base científica sólida al conflicto de la interpenetración mutua. Los hologramas ópticos demuestran muy claramente las relaciones paradójicas que pueden existir entre las partes y el todo, incluyendo la posibilidad de recuperar la información del todo a partir de cada una de sus partes. Es posible que al crear los mundos fenoménicos, la Conciencia Absoluta esté utilizando los mismos principios que encuentran su expresión material en la holografía óptica. En cualquier caso, el modelo holográfico es el mejor marco conceptual de que disponemos hasta la fecha para explicar el mundo de los fenómenos transpersonales.

La creación y el mundo del arte

En los estados holotrópicos podemos darnos cuenta de que la existencia, la vida humana y el mundo que nos rodea constituyen una aventura fantástica de la conciencia, un drama cósmico sorprendentemente complejo e intrincado. Esto guarda un paralelismo con los conceptos que se encuentran en los antiguos textos hindúes. Las escrituras hindúes se refieren a la obra divina del universo como *lîlâ* y sugieren que la realidad material tal como la percibimos en nuestra vida cotidiana es un producto de una ilusión cósmica fundamental llamada *mâyâ*. El teatro, el cine y la televisión son representaciones ilusorias de la realidad artificialmente creadas. Por esta razón, estos medios y diversos aspectos

de las actividades artísticas relacionadas con ellos constituyen otra fuente reiterada de imágenes metafóricas que las personas que han experimentado estados holotrópicos utilizan para describir el proceso de la creación. La situación del actor es muy paralela al rol que cada uno de nosotros desempeñamos en el drama cósmico. Mientras están en el escenario representando un papel, los buenos actores pueden en gran medida perder contacto con su identidad real y convertirse en los personajes que representan. En la noche de la representación, casi pueden creer que son Otelo, Juana de Arco, Ofelia o Cyrano de Bergerac. Pero la conciencia de su identidad real sigue estando disponible y es recuperada después de que cae el telón y se apagan los ecos de los aplausos del público. En menor medida, en los espectadores que contemplan una buena película o una obra de teatro bien representada puede producirse un proceso similar de identificación con los personajes del drama y una pérdida temporal de su propia identidad. El actor o la actriz poseen su personalidad básica cotidiana a la que pueden volver cuando termina la obra. Las personas que han experimentado estados holotrópicos sugieren frecuentemente que algo similar sucede en los ciclos de renacimientos. Al principio de cada vida asumimos una personalidad y un rol diferentes, y en el momento de morir volvemos a nuestra identidad esencial antes de volver a renacer.

Particularmente interesante desde su punto de vista es la situación del autor, porque puede utilizarse para ilustrar la complejidad de nuestra naturaleza y el problema del determinismo frente al libre albedrío. Puesto que todas las fronteras del universo son en última instancia arbitrarias, no poseemos una identidad fija; cada uno de nosotros somos el creador y también la creación. El grado de libertad que tenemos cambia espectacularmente según el aspecto de la creación y el nivel de los procesos creadores con los que nos identifiquemos. Es ésta una situación similar a la del autor de una obra de teatro o la del guionista de una película. Todos los personajes de una obra tienen su origen en la imaginación del autor y, por tanto, son inicialmente dife-

rentes aspectos de una sola mente creadora. Con el objeto de que la obra pueda representarse de una forma realista y efectiva, los protagonistas tienen que ser representados como personas separadas.

Esto ofrece al autor una oportunidad de tener una identidad ambigua en relación con la obra y sus personajes. Mientras escribe, el autor o la autora tiene una gran libertad para crear y modelar los personajes, así como para determinar el curso de los acontecimientos. No obstante, el mismo autor puede decidir convertirse en uno de los actores de su obra. William Shakespeare, por ejemplo, podría decidir representar el papel de Hamlet o Richard Wagner cantar la parte correspondiente a Tannhäuser. En estos casos estarían limitados y determinados en gran medida por los mismos guiones que, en otro contexto y a otro nivel, crearon con más o menos libertad. De un modo similar, cada uno de nosotros aparece en la obra divina en un papel dual de creador y actor. Una actuación plena y realista de nuestro papel en la obra cósmica requiere la suspensión de nuestra verdadera identidad. Tenemos que olvidar nuestra autoría y seguir el guión.

El problema de la ambigüedad de nuestra identidad y de nuestro rol en el drama cósmico exige unas palabras de advertencia. En las últimas décadas, este tema ha sido a menudo mal entendido y mal expresado en el movimiento de la Nueva Era y en la espiritualidad popular. En los estados holotrópicos es posible conectar con un nivel de conciencia en el que parece muy plausible que realmente hayamos escogido a nuestros padres y las circunstancias de nuestro nacimiento. También podemos experimentar un estado de conciencia en el que parece obvio que somos en esencia seres espirituales y que, como tales, hemos tomado la libre decisión de renacer y participar en el drama cósmico. Igualmente podemos tener la experiencia muy intensa de identificación con el principio creador o Dios. Todas estas experiencias pueden parecer muy reales y convincentes.

Sin embargo, sería un grave error extraer de dichas comprensiones internas cualquier conclusión en lo que se refiere a nues-

tra identidad ordinaria o a nuestro yo encarnado. De esta forma es claro que nosotros no tomamos ninguna de las decisiones aludidas. Si se aplican al ego corporal, afirmaciones como «tú eres Dios y has creado tu universo» confunden y son engañosas. Recuerdo un seminario en el Instituto Esalen de Big Sur, California, en el que quien lo dirigía impuso de forma autoritaria esta afirmación a los participantes. Una de las mujeres del grupo quedó gravemente trastornada, por ser madre de un hijo discapacitado. La afirmación del responsable del taller implicaba que ella había escogido el estado de salud de su hijo y había creado voluntariamente aquel problema. Esto habría significado que ella, tal como se identificada a sí misma con su vida cotidiana, era plenamente responsable de la desgracia de su hijo. Situaciones de este tipo implican una seria confusión de niveles y una utilización incorrecta de la lógica, cuya expresión técnica es "error de transcripción lógica".

Los seres y ámbitos arquetípicos

Ahora podemos volver a la dinámica del proceso creador cósmico tal como se revela en los estados holotrópicos de conciencia. Ya he descrito y expuesto frecuentes comprensiones penetrantes que sugieren que la Mente Universal crea realidades virtuales a través de una combinación compleja de divisiones múltiples, disociaciones cósmicas y olvido. La Conciencia Absoluta se proyecta en innumerables seres individuales que se viven a sí mismos como separados entre sí y también alienados de su origen. En una interacción dinámica constante y recíproca, generan mundos de experiencia inmensamente ricos. La esfera material en la que vivimos y que nos es íntimamente familiar parece ser sólo uno de estos mundos, la avanzadilla más lejana de esta actividad creadora. De especial interés es un ámbito que se halla entre nuestra realidad cotidiana y la Conciencia Absoluta e indiferenciada. Es un ámbito mitológico que ha sido extensamente

estudiado y descrito por C. G. Jung y sus seguidores. A diferencia de la realidad material, no es accesible a la percepción sensorial ordinaria y sólo puede experimentarse directamente en estados holotrópicos de conciencia. Jung se refirió a él como el dominio arquetípico del inconsciente colectivo. Los seres que habitan estos ámbitos parecen estar dotados de una energía extraordinaria y poseen un aura que tiene un carácter sagrado o numinoso. Por esta razón, habitualmente se perciben y describen como dioses.

Los acontecimientos que se producen en esta esfera mítica se desarrollan en un espacio y tiempo que no son idénticos a la experiencia que tenemos de estas dimensiones en el nivel material. Las secuencias arquetípicas carecen de la integridad geográfica e histórica características de los sucesos de la realidad material. A diferencia de los acontecimientos de nuestro mundo, a los que se puede asignar coordenadas concretas espaciales y temporales, las secuencias míticas no pucden situarse en un entramado coherente de espacio o tiempo. Mientras que es fácil localizar geográficamente Londres o asignar una fecha histórica concreta a la revolución francesa, es imposible hacer lo mismo con el cielo de Shiva o la batalla entre los dioses del Olimpo griego y los titanes. Las historias inspiradas por el dominio mítico habitualmente empiezan «Érase una vez, en un país muy lejano», para desanimar a quienes las escuchan del intento de situarlas geográfica o históricamente en el mundo conocido de la realidad cotidiana.

Sin embargo, la ausencia de coordenadas fijas espaciales y temporales no hace que el mundo arquetípico sea ontológicamente menos real. Los encuentros con seres mitológicos y las visitas a paisajes míticos, tal como se viven en los estados holotrópicos, pueden ser en muchos aspectos acontecimientos tan reales como los de nuestra vida cotidiana o incluso más. El dominio arquetípico no es un producto de la fantasía y de la imaginación humanas. Posee una existencia independiente por sí misma y un alto grado de autonomía. Al mismo tiempo, su dinámica parece estar íntimamente conectada con la realidad material y la vida humana.

Los arquetipos pertenecen claramente a un orden superior respecto a los acontecimientos del mundo material y rigen, forman e informan lo que sucede en nuestra realidad cotidiana. Las comprensiones profundas procedentes de los estados holotrópicos de conciencia concernientes a estas conexiones son similares a las ideas que se han expresado en diversos libros escritos por los autores inspirados por la psicología jungiana. Estos escritores han mostrado que nuestra personalidad, nuestro comportamiento y nuestro destino pueden entenderse aplicando los principios divinos arquetípicos que operan en nuestra conciencia o a través de ella (Bolen 1964, 1989), y también que en nuestros dramas humanos cotidianos damos vida a diversos temas mitológicos (Campbell 1972).

La siguiente experiencia de Helen, una antropóloga de 42 años, ilustra la forma en que se experimenta el mundo arquetípico en los estados holotrópicos de conciencia y las comprensiones penetrantes que puede proporcionar.

> La secuencia que siguió fue de tal grandiosidad y magnificencia que todavía siento una profunda sensación de sobrecogimiento sólo con pensar en ello. Fue una visión de un mundo que poseía algunas características en común con nuestra realidad cotidiana, aunque la cantidad de energía de que estaba dotado y la amplitud con que existía estaban más allá de todo lo que previamente hubiera imaginado. Vi figuras antropomórficas famosas, hombres y mujeres, vestidos con espléndidos ropajes e irradiando un inmenso poder. Parecían las antiguas descripciones griegas del monte Olimpo, en el que los dioses festejaban con néctar y ambrosía. Sin embargo, esta experiencia sobrepasó de lejos cualquier cosa que yo hubiera podido asociar anteriormente con esta imagen.
>
> Estos seres suprahumanos estaban implicados en lo que parecía una interacción social, pero su intercambio parecía ser de una enorme relevancia. Sentía que lo que estaba sucediendo allí estaba íntimamente conectado con nuestra realidad cotidiana y que estaba determinando los acontecimientos del mundo material. Recuerdo un detalle particularmente impresionante que puede servir

para ilustrar esta conexión y sus dimensiones. En un determinado momento vi, en el dedo de uno de aquellos seres divinos un anillo espléndido con una piedra que parecía ser una versión cósmica de un diamante. El reflejo de una de sus caras me impactó como un fulgor cegador de luz y me di cuenta de que se proyectaba a nuestro mundo como la explosión de una bomba atómica.

Posteriormente y en relación con esta experiencia me vino a la mente una película que había visto hacía tiempo. Creo que se llamaba *El vellocino de oro** y representaba las aventuras de Jasón y los argonautas. La acción de esa película se desarrollaba a dos niveles. Uno de ellos describía el reino de los dioses del Olimpo, sus relaciones, aventuras amorosas, conflictos, luchas y alianzas. Cada uno de los dioses y diosas poseían su propia esfera de influencia en el cosmos. Los protagonistas de la historia eran favoritos de algunos dioses y blanco de la cólera de otros. Las emociones de los dioses se manifestaban en un plano terrenal como la dinámica de los elementos de la naturaleza, cambios repentinos de fortuna o encuentros humanos significativos.

A la vista de esta experiencia y de las comprensiones profundas asociadas con ella, me sentí arrepentida del orgullo científico con el que yo solía desechar las cosmologías de las "culturas primitivas" como superstición y pensamiento mágico. Caí en la cuenta de que esto reflejaba la ingenuidad de nuestra sociedad sobre los estados no ordinarios de conciencia. Para mí era muy claro que una vez que sometemos las observaciones de estos estados a un estudio serio, nuestra visión materialista del mundo tiene que ser revisada drásticamente. Podríamos no utilizar los términos "dioses" y "demonios", como hacen en las culturas "primitivas", y sustituirlos por términos más respetables como "figuras arquetípicas". Sin embargo, una vez que nos hemos familiarizado con la dimensión arquetípica, no somos capaces de ignorar ni de negar su existencia y su importancia en el orden universal de las cosas.

* En España, Duelo de titanes *(N. del T.)*.

Aunque este relato describe una visión de regiones arquetípicas celestiales, otras personas han tenido la experiencia de visitas a esferas habitadas por diversas criaturas de la oscuridad, tal como las conocemos por las descripciones mitológicas de infiernos o mundos subterráneos de diferentes culturas. El siguiente pasaje de una descripción escrita por Arnold, maestro de 40 años, es un ejemplo de este tipo de experiencia.

> La siguiente secuencia me llevó a un mundo de túneles subterráneos y a lo que parecían ser los sistemas de alcantarillado de las grandes metrópolis del mundo –Nueva York, París, Londres, Tokio–... Era como si me estuviera familiarizando íntimamente con la infraestructura de estas ciudades, con partes y aspectos que son indispensables para su existencia. Para mi sorpresa, me di cuenta de que allí existía todo un mundo, oculto a la vista de la mayoría de las personas y generalmente no apreciado en absoluto. Yo me sumergía cada vez más profundamente en un sistema de oscuros laberintos hasta que caí en la cuenta de que el ámbito en el que estaba entrando ya no pertenecía al mundo de nuestra realidad cotidiana.
>
> Aunque sin duda parecían las entrañas más profundas de la tierra, se trataba en realidad de un reino mitológico habitado por extrañas criaturas arquetípicas. Me parecía que estaba viendo la infraestructura del cosmos, que es algo esencial para que éste exista y para que funcione adecuadamente. Al igual que el mundo subterráneo de las ciudades, estaba oculto y no era apreciado. Estaba habitado por seres gigantescos y monstruosos de formas fantásticas. Éstos estaban dotados de energías titánicas que hacían pensar en movimientos tectónicos, terremotos y explosiones volcánicas.
>
> No podía remediar el sentir un gran aprecio por estas criaturas hogareñas que vivían su vida en la oscuridad y pacientemente llevaban a cabo la labor ingrata de hacer funcionar la máquina del universo. Era evidente que ellas acogían mi visita y respondían con gran alegría a mis cumplidos gestuales. Parecía

> que estaban habituadas a ser temidas y rechazadas, y mostraban un ansia de amor y aceptación casi infantil.

Como indican estas experiencias, existen diversas dimensiones de la realidad que no forman parte del mundo fenoménico de nuestra vida cotidiana. Parecen constituir diversas clases y niveles de realidad vivencial, diferentes "canales cósmicos", por utilizar una analogía con el mundo de la electrónica moderna. Habitualmente tomamos el mundo material con todas sus maravillas y complejidades como algo dado, y rechazamos la posibilidad de que puedan existir otras esferas de realidad. Sin embargo, si pensamos en ellas, el misterio puro de la existencia –el hecho de que cualquier cosa exista totalmente y de que sea posible tener la experiencia de mundos de cualquier clase– es tan maravilloso y abrumador que vuelve trivial la cuestión de cuál es su naturaleza y su contenido concreto.

Desde una perspectiva más amplia, la experiencia de una hermosa puesta de sol en el océano Pacífico, la visión del Gran Cañón o el panorama del centro comercial de Manhattan no son menos milagrosos que el cielo de Shiva o el inframundo de los egipcios. Si aceptamos la existencia de un principio supremo que tiene a su disposición la tecnología de la conciencia y que es capaz de generar experiencias, el hecho de que podamos crear realidades con muchas características diferentes no presenta ningún problema mayor. Sería comparable a la tarea de un equipo cinematográfico o televisivo para servirse de la tecnología actual y producir películas o programas con temas mitológicos, en lugar de historias de la vida cotidiana.

La obra misteriosa del universo

Puesto que los filósofos hindúes se refieren al proceso cósmico como *lîlâ*, u obra divina, parece apropiado ilustrar las comprensiones profundas holotrópicas de la naturaleza de la realidad

utilizando la analogía de una película, que es una versión tecnológica moderna del espectáculo de magia. La intención de los productores de películas es crear una buena imitación, una versión imaginaria de la realidad material. Para ello se sirven de todos los medios disponibles necesarios para alcanzar su objetivo. Habitualmente es muy fácil para los espectadores imaginar que las escenas que se desarrollan en la pantalla representan acontecimientos reales en el mundo material. En algunos casos, el impacto de una película en algunos espectadores puede ser tan fuerte que éstos respondan emocionalmente a la misma como si fuera real. Esto sucede a pesar del hecho de que saben intelectualmente que lo que están viendo no es sino un juego de ondas electromagnéticas de diferentes frecuencias dentro de un solo campo unificado de luz.

En los estados holotrópicos de conciencia podemos descubrir para nuestra sorpresa que este mismo principio puede aplicarse a nuestra experiencia de la realidad de cada día. Lo que nos parece un mundo de objetos sólidos es un juego de vibraciones esencialmente vacío. Naturalmente, nuestra experiencia del mundo es más plena y rica que la de una película, puesto que incluye algunas dimensiones que la tecnología cinematográfica actual es incapaz de transmitir, como las cualidades táctiles, olfativas y gustativas. En su famosa novela de ciencia ficción *Un mundo feliz,* Aldous Huxley describe una futura forma de entretenimiento en la que se supera esta dificultad, puesto que las experiencias de los espectadores no se hallan limitadas en la novela a las esferas óptica y acústica, sino que incluye estas otras cualidades de los sentidos. Los investigadores contemporáneos en el campo de la realidad virtual ya están experimentando con guantes especialmente diseñados que enriquecen la experiencia de los mundos visuales y acústicos electrónicamente creados, añadiéndoles la dimensión táctil.

Ya he descrito la experiencia de lo "divino inmanente" en el que el mundo material se percibe como una obra dinámica de energía creativa cósmica. Esta experiencia también revela la uni-

dad indivisa que subyace al mundo de la separación. Muestra que lo que encontramos en la vida cotidiana no son individuos diferenciados ni objetos sólidos, sino aspectos integrantes de un campo unificado de energía. Por absurda que pueda parecer a un realista ingenuo, esta conclusión concuerda plenamente con los descubrimientos de la física moderna. Éstos demuestran que lo que habitualmente percibimos como materia sólida es esencialmente vacío. La ciencia del siglo XX ha proporcionado así bases para la desconcertante afirmación de los sabios hindúes de que nuestra percepción del mundo formada por objetos materiales densos es una ilusión (*mâyâ*).

Desarrollemos ahora un poco más la analogía entre la filmación de una película y la creación de la realidad material. Observando simplemente la película, no podemos entender completamente los procesos que implica, puesto que algunas respuestas importantes sobre lo que nos está sucediendo no pueden encontrarse en la pantalla. Lo que vemos en las películas no tiene una existencia y sentido independientes por sí mismos. La película es el producto de un proceso muy complejo y sus fases esenciales no están incluidas en nuestra experiencia inmediata de observación. Para entender realmente los acontecimientos que estamos presenciando, tendríamos que sustituir la experiencia ingenua de contemplar la película por un análisis sistemático y profundo del proceso que la crea.

En primer lugar, tendríamos que desplazar nuestra atención de la pantalla, girarnos y descubrir el artilugio responsable de las ilusiones que estamos percibiendo. Detectaríamos que su componente esencial es una potente fuente de luz que proyecta las imágenes en la pantalla. Tras una inspección más atenta, también encontraríamos el carrete de celuloide que determina las formas y colores que estamos viendo. Esta situación es asombrosamente similar al famoso símil de la cueva que Platón utilizó en el diálogo de *La república* para describir la naturaleza ilusoria del mundo material.

En este diálogo, Platón (1961 b) compara la condición huma-

na a una situación en la que un grupo de personas está encerrado en una caverna. Están firmemente encadenados al suelo de forma que sólo pueden mirar frente a ellos y hacia arriba. Detrás de estos prisioneros hay un fuego resplandeciente y un pequeño muro sobre el que unos titiriteros exhiben figuras humanas y de animales así como otros objetos. Los prisioneros están absortos contemplando las sombras en la pared que es el único aspecto de toda la situación que pueden percibir realmente. Fascinados por el espectáculo, son completamente inconscientes de la verdadera naturaleza de esta situación.

En el símil de Platón, los objetos de nuestro mundo material conocido se comparan a las sombras formadas en la pared de la cueva por un fuego, mientras que la verdadera naturaleza de la realidad permanece oculta para nosotros. Platón también sugiere que los prisioneros de la cueva creen que los ecos de los sonidos que emergen detrás de ellos son realmente producidos por las sombras. En el ejemplo que hemos puesto de una película podríamos igualmente identificar no sólo el origen de las imágenes, sino descubrir también el origen de los sonidos, remontándonos hasta la cinta magnética que los genera.

Cuando continuamos nuestra exploración, un examen más cercano del proceso de la proyección revelará que lo que percibimos como movimientos suaves y continuos consiste en realidad en secuencias rápidas de imágenes discontinuas y parpadeantes. Además, esto guarda paralelismos con las comprensiones profundas procedentes de los estados no ordinarios de conciencia en lo que concierne a la naturaleza de la realidad. Repetidamente he oído informes a este respecto de personas que han tenido diversas formas de experiencias holotrópicas. Las mismas comprensiones profundas pueden encontrarse en las fuentes espirituales tradicionales. Por ejemplo, según el budismo tibetano, la realidad es radicalmente discontinua. El mundo está constantemente «encendiéndose y apagándose a la existencia», disolviéndose y recreándose de un instante a otro. Del mismo modo, nosotros no poseemos una existencia continua del nacimiento a la muerte,

sino que morimos y renacemos todo el tiempo. Una versión moderna y basada científicamente en el mismo concepto aparece en la filosofía de Alfred North Whitehead (1929).

El próximo paso para indagar con más profundidad la experiencia de la película nos lleva a salir completamente de la sala de proyección. Entonces descubrimos que la película empezó como una idea en la mente de alguien y que todos los procesos necesarios para realizar la película fueron motivados por la intención de concretar la historia en la pantalla y transformarla en una experiencia vívida y convincente. La realidad descrita en la película no posee una existencia independiente por sí misma. No puede entenderse plenamente si la sacamos de este contexto más amplio. La razón esencial de la existencia de la película es la intención de proporcionar un tipo concreto de experiencia. Según las comprensiones profundas que se tienen en los estados holotrópicos, ocurre lo mismo en lo que respecta a nuestra experiencia del mundo material.

Una persona ingenua, como un niño o un nativo de una cultura preindustrial que no ha tenido contacto con la tecnología moderna, podría confundir una película bien hecha con la realidad. En el futuro, las películas holográficas, con sonido holofónico, la televisión holográfica y, en especial, la avanzada tecnología de la "realidad virtual" harán que esta distinción sea aún más difícil de establecer. Sin embargo, ya hoy día, la idea de que nuestro cosmos pueda ser una "realidad virtual" producida por una inteligencia superior no parece tan rocambolesca como podía parecerlo hace cien o incluso cincuenta años.

5. LAS FORMAS DE REUNIÓN CON LA FUENTE CÓSMICA

> Ahora estoy regresando... regresando a la Totalidad a la que pertenezco... ¡Que alegría retornar!... Sí, ahora sé lo que soy, lo que he sido desde el principio, lo que siempre seré... una parte del Todo, la parte incansable que desea retornar, pero que vive para buscar la expresión en el hacer, crear, construir, dar, crecer, dar más de lo que toma y, sobre todos los deseos, devolver dones de amor al Todo... la paradoja de la unidad total y de la continuidad de la parte. Conozco el Todo.... soy el Todo... e incluso como parte soy la totalidad.
>
> ROBERT MONROE, *The Ultimate Journey*

> Cualquiera que se haya alejado de su fuente
> anhela retornar al estado de unión.
>
> RÛMÎ

Involución y evolución de la conciencia

El proceso de creación tal como fue descrito en el capítulo anterior desemboca en un espectro inmensamente rico de entidades en numerosos y diferentes niveles de la realidad, que abarcan desde la Conciencia Absoluta y diferenciada hasta las innumera-

bles unidades individuales que constituyen el mundo de la materia, pasando por los ricos panteones de seres arquetípicos. Este proceso de divisiones sucesivas, junto con una creciente separación y alienación, supone sólo la mitad del ciclo cósmico. Las comprensiones profundas procedentes de los estados holotrópicos revelan repetidamente otra parte de este proceso que consiste en acontecimientos de la conciencia que reflejan un movimiento en la dirección opuesta: de los mundos de pluralidad y separación a la disolución progresiva de los límites y la fusión en totalidades más amplias.

En aras de la brevedad, denomino *hylotrópica* la parte descendente del proceso cósmico, que representa la creación (involución de la conciencia); significa "orientado hacia el mundo de la materia" (del griego *hyle* = materia y *trepein* = que se mueve en dirección a algo). De igual modo, al aspecto ascendente del proceso cósmico que hace de mediador en el retorno a la unidad original no diferenciada (evolución de la conciencia), lo llamo *holotrópico* o "que se mueve en dirección hacia la totalidad". Como ya he mencionado antes, este último término proviene de la palabra griega *holo,* que significa "todo", y *trepein,* que, como ya hemos dicho, significa "moverse en dirección a algo".

Estas comprensiones profundas tienen un gran paralelismo con las descripciones y exposiciones de estos dos movimientos cósmicos descritos en diversos sistemas filosóficos espirituales. En Occidente, Plotino (1991), fundador del neoplatonismo, se refirió a los procesos hylotrópicos como "flujo" y al movimiento holotrópico como "reflujo". Según los neoplatónicos, el cosmos, en toda su variedad de gradaciones jerárquicas, es creado por una emanación divina del Uno Supremo. Los seres humanos tienen un acceso potencial a las más elevadas esferas intelectuales y espirituales y pueden elevarse a la conciencia del Alma del Mundo. Las ideas de Plotino se convirtieron en uno de los temas dominantes de todas las escuelas neoplatónicas, así como de los escritos de los místicos cristianos y de los filósofos idealistas alemanes. Una síntesis contemporánea muy completa de las ideas

relativas al Descenso y al Ascenso aparece en la obra de Ken Wilber (1995).

En Oriente, conceptos similares encuentran su expresión más articulada en los escritos del místico y filósofo hindú Sri Aurobindo (1965). Aurobindo afirmaba que Brahman se manifiesta como el mundo de la materia en un proceso que él llamó *involución* y después, progresivamente, inicia un desarrollo de su poder latente a lo largo de la *evolución.* La involución es el proceso de autolimitación y densificación crecientes por el que la Conciencia-Fuerza universal se vela a sí misma por etapas y crea planos de existencia. En sus límites extremos, adopta la apariencia del mundo material inconsciente. En cada plano están implicados todos los poderes de conciencia que pertenecen a los planos superiores, de forma que todo el potencial de la Conciencia-Fuerza universal y original está implícita y oculta incluso en el Inconsciente.

La evolución es el proceso opuesto, por el que la Conciencia-Fuerza emerge de nuevo de la aparente Inconsciencia cósmica y manifiesta sus poderes ocultos. Sin embargo, es importante recalcar que para Aurobindo la evolución no es un reverso exacto de la involución. No es un proceso gradual de sutilización y rarefacción plano por plano que conduciría más adelante a la reabsorción de toda la creación en el Uno No Manifestado. Se trata más bien de una emergencia gradual de poderes superiores de conciencia en el universo material, que conduce a una manifestación cada vez mayor de la Conciencia-Fuerza divina dentro de su creación.

Según las visiones internas que se tienen en los estados holotrópicos, el proceso universal ofrece, no sólo un infinito número de posibilidades para convertirse en un individuo separado, sino también una gama igualmente rica e ingeniosa de oportunidades de disolución de las fronteras y de fusión que sirven como fase intermedia para el retorno a la fuente. Las experiencias unitivas permiten a las unidades individuales de conciencia superar su alienación y liberarse del engaño de la falsa creencia en su estado de separación. Esta trascendencia de lo que previamente parecían ser fronteras absolutas y la fusión progresiva resultante cre-

an unidades existenciales cada vez más amplias. En su máximo alcance, este proceso disuelve todos los límites y conduce a una reunión con la Conciencia Absoluta. Las secuencias de fusiones que suceden de muchas formas y en múltiples y diferentes niveles completa todo el patrón cíclico de la danza cósmica.

Variedades de experiencias unitivas

Aunque los procesos unitivos pueden observarse en todas las esferas de existencia, son particularmente ricos y complejos en los seres humanos. En ellos también pueden estudiarse más directa y sistemáticamente en forma de experiencias transpersonales. Por desgracia, la psiquiatría occidental no establece ninguna diferencia entre misticismo y psicosis, y tiende a tratar cualquier tipo de experiencia mística como la manifestación de un trastorno mental. Durante mi vida profesional he encontrado a muchas personas a las que se ha etiquetado como pacientes patológicos, se les ha prescrito tranquilizantes e incluso una terapia de choque, porque habían experimentado la unidad con otras personas, la naturaleza, el cosmos y Dios.

Abraham Maslow (1964), el psicólogo estadounidense ya fallecido que desempeñó un papel importante en la fundación tanto de la psicología humanista como de la psicología transpersonal, entrevistó a centenares de personas que habían vivido estados unitivos espontáneos, o "experiencias cumbre", tal como él las llamó. Él fue capaz de mostrar que las experiencias místicas no son síntomas de una patología ni pertenecen a los manuales de psiquiatría. A menudo se producen en personas que no tienen problemas emocionales graves y que, si no fuera por dichas experiencias, serían consideradas "normales" según los criterios psicológicos corrientes. Además, si estas experiencias se producen en un entorno comprensivo y son bien integradas, pueden tener consecuencias benéficas como un mejor funcionamiento, una mayor creatividad o la "autorrealización".

Los desencadenantes más frecuentes de las experiencias unitivas son creaciones naturales o humanas de una extraordinaria belleza estética. Para algunas personas puede ser la inmensidad de un cielo plagado de estrellas; para otras la majestad de las grandes cadenas montañosas o la sobrecogedora calma de los desiertos. Las personas que visitan maravillas naturales como el Gran Cañón, cataratas gigantes o algunas de las famosas grutas de estalactitas que hay en el mundo pueden sentirse sobrecogidas por su grandeza y tener la experiencia de un arrebato místico. El océano, con el poder elemental que se manifiesta en su superficie y el noble silencio de su profundidad, suele ser otra fuente de "experiencias cumbre". Igualmente, situaciones como la contemplación de una hermosa puesta de sol, la magia de la aurora boreal o un eclipse total de sol pueden desencadenar profundos estados unitivos de conciencia. Sin embargo, acontecimientos a gran escala como éstos no son siempre necesarios para inspirar la conciencia mística. En las circunstancias adecuadas puede ser algo tan "ordinario" como el ver una araña tejiendo su tela o un colibrí aleteando sobre una flor y chupando su néctar.

El contacto con creaciones artísticas de una gran perfección puede tener un efecto muy similar. Los compositores profundamente inmersos en el trabajo creativo, al igual que los músicos o las personas que forman parte del público en un concierto, pueden ocasionalmente perder sus límites y fundirse literalmente con la música. Pueden tener una sensación de convertirse realmente en música, en lugar de escucharla. Cuando los grandes bailarines y bailarinas están en el escenario, a menudo alcanzan estados en los que desaparece toda diferencia entre el que danza y la danza. Por su belleza monumental, las catedrales góticas europeas, las mezquitas musulmanas, el Taj Mahal o los templos hindúes o budistas han jugado un papel decisivo en la inducción de estados místicos en miles de personas. Las grandes esculturas, pinturas y otros objetos de arte de todas las épocas y culturas pueden tener un efecto similar en personas sensibles.

Otra área de la vida cotidiana que constituye una fuente fre-

cuente de experiencias unitivas merece una especial mención, puesto que la mayoría de nosotros probablemente no la asociaríamos con la conciencia mística. Muchos atletas prominentes han informado de que, en el momento de sus actuaciones cumbre, se hallaban en estados que se parecían a raptos místicos. Tendemos a atribuir actuaciones estelares en diversas actividades atléticas a una combinación de capacidad física especial, perseverancia psicológica, disciplina constante y entrenamiento riguroso. La historia interna de algunos de los atletas más grandes del mundo revela que sus protagonistas a menudo lo ven de una forma muy diferente. Ellos atribuyen sus logros extraordinarios a estados especiales de conciencia que les proporcionan las capacidades que bordean lo milagroso y lo sobrenatural (Murphy y White 1978). Un aspecto importante y típico de estos estados es una sensación de pérdida de límites individuales y de fusión con diversos aspectos del entorno. Parece que los raptos místicos desencadenados por las actividades deportivas posibilitan trascender los límites de lo que habitualmente consideramos como humanamente posible. Personalmente he sido testigo de un ejemplo asombroso de este tipo de actuación extraordinaria relacionada con un estado unitivo de conciencia. Ocurrió durante un seminario de un mes de duración sobre budismo y psicología occidental llevado a cabo en el Instituto Esalen en Big Sur, California. Un maestro de sable coreano al que habíamos llamado como profesor invitado ofreció una demostración especial como parte de nuestro programa. Pidió a uno de sus discípulos que se tumbase en la hierba y colocase una servilleta y una gran sandía sobre su vientre desnudo. Se retiró a unos cuatro metros de distancia y se mantuvo inmóvil durante unos minutos en meditación silenciosa, con la cabeza cubierta por una bolsa ajustada de terciopelo espeso y negro, mientras sostenía en su mano un enorme sable extremadamente afilado.

De repente, todos los perros de la zona empezaron a aullar y el maestro de sable se unió a ellos con un salvaje grito guerrero. Como si fuese la rueda de un carro, se lanzó en dirección al dis-

cípulo que estaba tranquilamente acostado en la hierba y con un poderoso movimiento de su sable cortó en dos la sandía que estaba en el vientre del discípulo. Se produjo un ligero corte en la servilleta, pero el discípulo no había sido tocado. Asombrados, los espectadores preguntaron cómo había sido capaz de realizar tan espectacular hazaña. Todo el mundo suponía que de algún modo era capaz de recordar y visualizar el entorno, ya que lo había visto antes de que se le vendasen los ojos. Él sonrió y respondió: «no, uno medita y espera hasta que todo es uno: el maestro de sable, el sable, la hierba, la sandía y el discípulo; entonces, ¡todo es sencillo!».

Experiencias de unión mística han sido hermosamente expresadas en la literatura mundial. Por ejemplo, en *El largo viaje hacia la noche*, de Eugene O'Neill, Edmund habla de los raptos místicos que experimentaba cuando se conectaba con el océano:

> Estaba tendido en el bauprés mirando hacia la popa. Debajo de mí salpicaba la espuma y, por encima, se alzaban los mástiles con todas sus velas blancas desplegadas a la luz de la luna. La belleza del entorno y la cadencia del movimiento me embriagaron y por un momento me olvidé de mí; en realidad me olvidé de toda mi vida. ¡Había sido liberado! ¡Me disolví en el mar, me convertí en las velas blancas y en la espuma voladora, me convertí en belleza y balanceo! ¡Me transformé en luz de luna, en velero, en el lejano cielo difusamente estrellado! No tenía pasado ni futuro. Sólo había paz, unidad y una alegría incontenibles. ¡Formaba parte de algo más grande que mi propia vida, la vida del Hombre y que la Vida misma! Formaba parte de Dios, por decirlo de algún modo.
>
> Y en algunas otras ocasiones de mi vida, cuando estaba nadando muy lejos o tumbado solo en una playa, he tenido la misma experiencia. Me he convertido en el sol, en la arena caliente, en las algas verdes agarradas a la roca y balanceándose al ritmo de la marea. Era como la visión de beatitud de un santo, como si una mano invisible descorriera el velo de las cosas. Por un se-

gundo puedes ver, y al ver el secreto te conviertes en él. Por un segundo ¡todo se colma de sentido!

El potencial unitivo de la muerte, el sexo y el nacimiento

Aunque las experiencias unitivas suceden con más probabilidad en situaciones que tienen una carga emocional positiva, también pueden producirse en circunstancias muy desfavorables, amenazadoras y críticas para la persona. En estos casos, la conciencia del ego se agita y sobrepasa, pero no se disuelve ni trasciende. Esto sucede en momentos de estrés crónico o muy agudo, en momentos de intenso sufrimiento emocional y físico o cuando la integridad o la supervivencia del cuerpo se ven seriamente amenazadas. Las personas profundamente deprimidas porque están atravesando una gran crisis vital, y que se hallan al borde del suicidio, pueden experimentar repentinamente una profunda apertura espiritual y trascender su sufrimiento. Otras muchas personas descubren los espacios místicos durante experiencias cercanas a la muerte, cuando sufren accidentes, heridas, enfermedades u operaciones peligrosas.

La muerte, un acontecimiento que acaba con nuestra existencia individual como seres encarnados, constituye un punto de conexión lógico con el ámbito transpersonal. Los acontecimientos que conducen a la muerte o relacionados con ella y los que la siguen en el tiempo son frecuentemente una fuente de apertura espiritual. El sufrimiento de una enfermedad terminal o estar en contacto estrecho con personas moribundas, sobre todo familiares o amigos íntimos, puede activar las propias actitudes sobre la muerte y la impermanencia, y tener una importancia fundamental para el despertar místico. La formación de los monjes en el budismo tibetano vajrayana exige pasar mucho tiempo con los moribundos. Algunas tradiciones tántricas hindúes practican meditaciones en cementerios, lugares de cremación o cerca de cadáveres.

En la Edad Media, a los monjes cristianos se les pedía que imaginasen en sus meditaciones su propia muerte y evocasen todas las fases de descomposición de su propio cuerpo hasta la desintegración total en polvo. «¡Recuerda la muerte!» «¡Polvo eres y en polvo te convertirás!», «¡La muerte es segura, la hora incierta!», «¡Así pasa la gloria del mundo!» eran las máximas que guiaban esta práctica. Ésta era mucho más que una complacencia mórbida en la muerte, como podrían pensar algunos occidentales hoy día. Las experiencias de encuentro profundo con la muerte pueden desencadenar estados místicos. Al aceptar la impermanencia y nuestra propia mortalidad en un profundo nivel vivencial, también descubrimos la parte de nosotros que es trascendente e inmortal.

Diversos libros antiguos de los muertos ofrecen detalladas descripciones de intensas experiencias espirituales que suceden en el momento de la muerte biológica (Grof 1994). La investigación actual en el campo de la tanatología, la ciencia que estudia la muerte y el morir, ha confirmado muchos aspectos importantes de estas descripciones (Ring 1982, 1985). También ha mostrado que aproximadamente un tercio de las personas que han estado cerca de la muerte experimentan poderosos estados visionarios que incluyen, entre otras cosas, una revisión condensada de toda la vida, el paso a través de un túnel, el encuentro con seres arquetípicos, el contacto con realidades trascendentes y visiones de luz divina. En muchos casos puede implicar auténticas experiencias fuera del cuerpo, durante las que la conciencia desencarnada de la persona percibe con exactitud lo que está sucediendo en diversos lugares cercanos o remotos. Los que han sobrevivido a estas situaciones suelen atravesar una profunda apertura espiritual, una transformación de la personalidad y cambios radicales en sus valores de vida. En un fascinante proyecto de investigación que se está realizando actualmente, Kenneth Ring (1995) está estudiando las experiencias cercanas a la muerte de personas ciegas de nacimiento, para intentar confirmar que en los estados desencarnados son capaces de ver su entorno.

Al hablar de desencadenantes de experiencias unitivas, no olvidaremos una categoría particularmente importante: las situaciones asociadas con la función reproductora humana. Muchas personas, tanto hombres como mujeres, comunican que han experimentado profundos estados místicos al hacer el amor. En algunos casos, una experiencia sexual de gran intensidad puede desempeñar un papel decisivo en lo que los antiguos textos hindúes yóguicos describen como despertar de la *kundalîni* o "poder de la Serpiente". Los yoguis consideran la *kundalîni* como la energía creadora del universo, que es femenina por naturaleza y que yace dormida en la zona del sacro del cuerpo sutil humano, hasta que es activada por un guru, por la práctica de la meditación o por algunos otros factores. Esta conexión íntima entre la energía espiritual y el impulso sexual desempeña un papel esencial en el kundalîni yoga y en las prácticas tántricas.

Para las mujeres, las situaciones que van unidas a la maternidad pueden convertirse en otra fuente significativa de experiencias unitivas. Al concebir, llevar al hijo en su seno y dar a luz, las mujeres participan directamente en el proceso de creación cósmica. En circunstancias favorables se manifiesta y se vive conscientemente la naturaleza sagrada de estas situaciones. Durante el embarazo, el parto y la crianza no es infrecuente sentir una conexión mística con el feto o el bebé e incluso con el mundo en general. Más adelante volveremos a la relación entre el misticismo y la tríada nacimiento/sexo/muerte.

Otros desencadenantes importantes de estados unitivos son las poderosas tecnologías que alteran la mente y que pueden facilitar y catalizar su aparición. Las experiencias holotrópicas han desempeñado un papel fundamental en la vida espiritual y ritual de la humanidad, y durante siglos se ha hecho un gran esfuerzo para desarrollar formas de inducirlas. En la introducción a este libro se revisaron brevemente las "tecnologías de lo sagrado" –antiguas, aborígenes y actuales–, que abarcan desde el chamanismo a través de los ritos de paso, los misterios de muerte y renacimiento y diversas formas de práctica espiritual hasta las terapias

vivenciales modernas y la investigación de laboratorio sobre la conciencia.

Lo inmanente y lo trascendente divino

En los estados holotrópicos de conciencia, ya se produzcan espontáneamente o sean inducidas por técnicas antiguas o modernas de alteración de la mente, es posible trascender de diversas formas los límites individuales del yo encarnado. Estas experiencias nos brindan la oportunidad de convertirnos en otras personas, grupos de personas, animales, plantas o incluso en los elementos inorgánicos de la naturaleza y del cosmos. En este proceso, el tiempo no parece ser un obstáculo, y los acontecimientos del pasado y del futuro se manifiestan como si ocurrieran en el presente.

Experiencias de este tipo conllevan una profunda comprensión muy convincente de que todos los límites del mundo material son ilusorios y de que el universo entero tal como lo conocemos, tanto en sus aspecto espacial como temporal, es un tejido unificado de acontecimientos producidos en la conciencia. En estas experiencias se vuelve evidente que el cosmos no es una realidad material ordinaria, sino una creación de la energía cósmica inteligente o de la Mente Universal. Estas experiencias desvelan así lo "Divino Inmanente", *deus sive natura*, o dios manifestado en y como el mundo fenoménico. También desvelan que cada uno de nosotros estamos esencialmente en armonía con todo el tejido de la creación y con todas sus partes.

Mientras que estas experiencias transpersonales cambian espectacularmente nuestra comprensión de la naturaleza y de la realidad material cotidiana, existen otras que revelan dimensiones de la existencia que de ordinario están completamente ocultas a nuestra percepción. Esta categoría incluye entes desencarnados, dioses y demonios diversos, reinos mitológicos, seres suprahumanos y el mismo principio creador divino. Por contraste con lo

"Inmanente Divino", podemos hablar en este caso de lo "Trascendente Divino", puesto que los reinos y seres que encontramos en estas circunstancias no forman parte de nuestra realidad cotidiana; pertenecen a un ámbito y orden de la existencia diferentes.

Las experiencias de este tipo demuestran que las creaciones cósmicas no se hallan limitadas a nuestro mundo material, sino que se manifiestan en muchos niveles y en muchas dimensiones. Igualmente, la posibilidad de tener experiencias unitivas no se halla confinada al mundo material, sino que se extiende a otros ámbitos. Así pues, no sólo podemos ver y encontrar a los habitantes de las regiones arquetípicas, sino que también podemos fundirnos realmente con ellos y convertirnos en ellos. Y en los límites extremos de nuestra autoexploración vivencial, podemos descubrir el mismo principio creador y reconocer nuestra identidad fundamental con él.

La experiencia de lo Inmanente Divino revela la naturaleza sagrada de la realidad cotidiana y la unidad subyacente del mundo de la materia, que para un observador desprevenido parece estar hecho de objetos separados. Al revelar que todos los límites dentro del mundo material son arbitrarios, estas experiencias hacen que sea patente el hecho de que cada uno de nosotros tiene en esencia la misma identidad que todo el campo espacio-temporal y que, en definitiva, poseemos la misma energía creadora cósmica. Comparativamente, las experiencias de lo Trascendente Divino no nos muestran sólo nuevas formas de entender y percibir el mundo familiar de nuestra vida cotidiana, sino que también revelan la existencia de dimensiones de la realidad que ordinariamente son invisibles, o "transfenoménicas", en especial aquéllas que abundan en formas y patrones cósmicos primordiales que G. C. Jung (1956) llamó arquetipos.

Como ya hemos visto, el mundo de los arquetipos, aunque normalmente imperceptible, no está totalmente separado de nuestra realidad material de cada día. Está íntimamente entretejido con ella y desempeña un papel esencial en su creación. De esta forma representa una dimensión superior que forma e infor-

ma la experiencia de nuestra vida cotidiana. La esfera arquetípica constituye así un puente entre el mundo de la materia y el campo indiferenciado de la Conciencia Cósmica. Por ello, la experiencia de lo divino trascendente es algo más que simplemente la experiencia de otro "canal cósmico". También suministra comprensiones profundas del proceso por el que se crea la realidad material; nos proporciona un "vislumbre de la cocina cósmica", como la llamaba uno de mis clientes de Praga.

La obra cósmica ofrece muchas oportunidades de tener experiencias que temporalmente nos permiten salir del papel que estamos desempeñando en el guión cósmico, reconocer la naturaleza ilusoria de la realidad cotidiana y descubrir la posibilidad de volverse a unir con la fuente. Los estados holotrópicos facilitan una comprensión de estas experiencias unitivas diametralmente opuesta a la posición de la corriente psiquiátrica dominante. En lugar de ser distorsiones de la percepción correcta del mundo material causadas por procesos patológicos del cerebro, estas experiencias brindan comprensiones profundas de la verdadera naturaleza de la realidad. Revelan la existencia de fenómenos que representan estados intermedios en el proceso de la creación entre la conciencia indiferenciada y la Mente Universal, por una parte, y de la experiencia específicamente humana del mundo material, por otra. Como conllevan la trascendencia de los límites individuales y expanden el sentido de la propia identidad en la dirección holotrópica, sirven como hitos importantes a lo largo del viaje del despertar espiritual.

El enigma del espacio y el tiempo

Antes de cerrar nuestra exposición sobre el proceso cósmico como un tejido complejo de experiencias hylotrópicas y holotrópicas, tenemos que exponer otro aspecto importante de la creación cósmica, concretamente su relación con el espacio y el tiempo. Cuando describimos el proceso creador como movimiento de

unidad indiferenciada hacia la pluralidad, nuestros condicionamientos probablemente nos llevarán a imaginar que este proceso tuvo que empezar en un lugar concreto y desarrollarse en un tiempo lineal. Sin embargo, las etapas fundamentales de este proceso se producen en regiones que están más allá del tiempo y del espacio tal como los conocemos. Como ya hemos visto, el principio cósmico creador trasciende todas las distinciones y polaridades cualesquiera que sean y esto incluye el espacio y el tiempo.

Todo lo que nos encontramos en nuestra vida cotidiana tiene coordenadas de espacio y tiempo distinguibles y definidas. Nuestra experiencia del tiempo como algo lineal y del espacio como algo tridimensional es muy convincente y categórica. Como consecuencia, tendemos a creer que estas características de tiempo y espacio son imperativas y absolutas. En las experiencias holotrópicas podemos descubrir, para nuestra sorpresa, que existen muchas alternativas reales a nuestra percepción y comprensión habituales de estas dos dimcnsiones. En los estados visionarios podemos tener la experiencia, no sólo del presente, sino también del pasado y, algunas veces, incluso del futuro. Las secuencias de acontecimientos pueden parecer circulares, desarrollarse a lo largo de trayectorias espirales o realmente ir hacia atrás. El tiempo también puede detenerse o trascenderse totalmente. En los niveles en los que sucede la creación cósmica, el pasado, el presente y el futuro coexisten en lugar de ser sucesivos y, en consecuencia, todas las fases de los procesos están sucediendo simultáneamente.

El concepto y la experiencia del espacio parecen ser igualmente arbitrarios cuando estamos en un estado holotrópico. Puede crearse de una forma lúdica cualquier número de espacios diferentes en diversas disposiciones jerárquicas y ninguno de ellos parece ser más objetivo, real e imperativo que los demás. La transición del microcosmos al macrocosmos no tiene por qué ocurrir de una forma lineal. Lo pequeño y lo grande pueden intercambiarse libremente, al azar, de una forma caprichosa. La identificación existencial con una sola célula se convierte sin esfuerzo

en la identificación con toda una galaxia y viceversa. Estas dos dimensiones también pueden coexistir en el espacio vivencial de la misma persona. En consecuencia, se trasciende y deja de existir la paradoja desconcertante de lo finito frente a lo infinito que experimentamos en el estado ordinario de conciencia.

Para ilustrar las complejidades con que se experimentan el tiempo y el espacio en los estados holotrópicos, describiré una de las aventuras más extraordinarias de la conciencia que haya vivido en cuarenta años de exploración de mi interior. Sucedió en una sesión psicodélica, con una fuerte dosis, que viví en el centro de investigación psiquiátrica de Maryland poco después de mi llegada a los Estados Unidos en 1967. He aquí un pasaje de mi descripción de dicha sesión:

> En algún momento de la segunda parte de mi sesión, me encontré en un estado de mente muy inusual. Era un sentimiento de serenidad, bienaventuranza y felicidad mezclados con sobrecogimiento frente al misterio de la existencia. Sentía que estaba experimentando algo similar a lo que los primitivos cristianos debían haber vivido. Era un mundo en el que los milagros eran posibles, aceptables e incluso verosímiles. Yo reflexionaba sobre los problemas del tiempo y del espacio y tenía una gran dificultad en entender cómo podía haber creído alguna vez que el tiempo lineal y el espacio tridimensional eran absolutamente dimensiones imperativas de la realidad.
>
> Me pareció obvio, por el contrario, que no existe ningún límite en el reino del espíritu y que el tiempo y el espacio son constructos arbitrarios de la psique. De repente me di cuenta de que no tenía que estar circunscrito a las limitaciones del tiempo y del espacio, y que podía viajar en una continuidad espacio-tiempo con total libertad y sin ninguna restricción. Este sentimiento era tan convincente y abrumador quc lo quise comprobar experimentalmente. Decidí probar si podía viajar a casa de mis padres en Praga, que estaba a muchos miles de kilómetros de distancia.

Tras determinar la dirección y considerar la distancia, me imaginé volando a través del espacio al lugar de mi destino. Tuve la experiencia de trasladarme a través del espacio a una enorme velocidad, pero, para mi gran decepción, no llegaba a ningún lado. No podía comprender por qué no funcionaba el experimento, ya que mi sentimiento de que aquel viaje espacial podía realizarse era muy convincente. De repente me di cuenta de que estaba todavía bajo la influencia de mis antiguos conceptos de tiempo y espacio. Continuaba pensando sometido a las coordenadas de direcciones y distancias y había abordado la tarea en consecuencia. Se me ocurrió que el enfoque adecuado sería hacerme creer que el lugar de mi sesión era realmente idéntico al lugar de mi destino. Entonces me dije a mí mismo: «Esto no es Baltimore, esto es Praga. Exactamente aquí y ahora estoy en el piso de mis padres en Praga».

Cuando abordé de esta forma mi objetivo, tuve sensaciones peculiares y extrañas. Me encontré en un lugar desconocido y muy congestionado lleno de circuitos electrónicos, tubos, cables, resistencias y condensadores. Después de un breve período de confusión me di cuenta de que mi conciencia estaba atrapada en un aparato de televisión localizado en la esquina de la habitación del piso de mis padres. De alguna forma, estaba intentando utilizar los altavoces para oír y el tubo de imagen para ver. Pasados unos momentos tuve que reírme puesto que me di cuenta de que aquella experiencia era una parodia que ridiculizaba el hecho de ser aún prisionero de mis antiguas creencias sobre al espacio, el tiempo y la materia.

La única forma de vivir la experiencia de lugares distantes que podía concebir y aceptar era sirviéndome de la televisión, aun cuando, por supuesto, dicha experiencia tenía que ajustarse a la velocidad de las ondas electromagnéticas. En el momento en que me di cuenta y creí firmemente que mi conciencia podía trascender cualquier tipo de limitación, incluida la velocidad de la luz, la experiencia cambió rápidamente. El aparato de televisión se apagó por dentro y me encontré caminando por el piso de mis padres en Praga.

En aquel punto no sentía ningún efecto de la droga y la experiencia era tan real como cualquier otra situación de mi vida. La puerta del dormitorio de mis padres estaba medio abierta. Miré dentro, vi sus cuerpos en la cama y les oí respirar. Caminé hacia la ventana y miré el reloj que había en la esquina de la calle. Marcaba seis horas de diferencia respecto a la hora de Baltimore en la que estaba teniendo lugar el experimento. A pesar del hecho de que la hora reflejaba la diferencia real de tiempo entre las dos zonas, no pensé que fuera una prueba rotunda. Como mentalmente conocía la diferencia horaria, mi mente podía haber creado fácilmente la experiencia.

Me tumbé en el sofá que se hallaba en una esquina de una de las habitaciones para reflexionar sobre mi experiencia. Era el mismo sofá en el que había tenido mi última sesión psicodélica antes de mi partida a los Estados Unidos. Mi solicitud para que me autorizasen a viajar a este país con una beca había sido inicialmente denegada por las autoridades checas. Mi última sesión en Praga tuvo lugar en un momento en el que estaba esperando mi respuesta a mi petición.

De repente, sentí una ola de ansiedad abrumadora. Una idea extraña y asombrosa surgió en mi mente con una fuerza y capacidad de persuasión inhabituales: tal vez nunca había abandonado Checoslovaquia y quizás estaba regresando de mi sesión psicodélica en Praga. Quizá la respuesta positiva a mi petición, el viaje a los Estados Unidos, mi incorporación al equipo de Baltimore y haber participado en una sesión eran sólo un viaje visionario motivado por mi pensamiento que se hallaba reforzado por un fuerte deseo. Estaba atrapado en una insidiosa espiral, en un círculo vicioso espacio-temporal, y era incapaz de determinar mis coordenadas reales, históricas y geográficas.

Durante bastante tiempo quedé suspenso entre dos realidades, ambas igualmente convincentes. Fui incapaz de afirmar si estaba experimentando una proyección astral a Praga a partir de mi sesión en Baltimore o volviendo de una sesión en Praga en la que había vivido un viaje imaginario a los Estados Unidos. Sin

> remedio me vino a la mente el filósofo Chuang-Tse, que se despertó de un sueño en el que se veía como una mariposa y durante cierto tiempo dudó de si en realidad no sería una mariposa soñando que era un ser humano.

Coincidencias y sincronías significativas

En este contexto me gustaría exponer otro aspecto importante de los estados holotrópicos que tiene implicaciones trascendentales para nuestra comprensión del tiempo y del espacio. Las experiencias transpersonales a menudo están asociadas con coincidencias extrañas y significativas que no pueden ser explicadas en términos de causalidad lineal. En un universo tal como lo describe la ciencia materialista, todos los acontecimientos deben obedecer a la ley de causa y efecto. Cualquier coincidencia que desafíe una explicación causal se atribuye al hecho de que los fenómenos en cuestión son demasiado complejos y a que carecemos del conocimiento para explicar todos los factores que intervienen. A causa de todas estas "variables ocultas" y desconocidas, sólo puede predecirse estadísticamente el resultado final, pero sin detalles concretos. No obstante, la improbabilidad estadística de ciertas coincidencias en nuestra vida cotidiana es de vez en cuando tan asombrosa que nos hace cuestionarnos sobre la adecuación de dicha interpretación.

Un amigo mío me contó recientemente una coincidencia extraordinaria que había tenido lugar en su familia. Su esposa y su hermana, que vive en una ciudad distinta, fueron despertadas la misma noche por la presencia de un murciélago en sus dormitorios respectivos. Ambas respondieron a este suceso simultáneo en sus vidas de la misma forma. Aunque ocurrió en medio de la noche, inmediatamente llamaron a su padre, le despertaron y le contaron aquel acontecimiento extraordinario. Como la mayoría de nosotros sabemos, las situaciones que rompen las probabilidades estadísticas son menos frecuentes de lo que se supone. A lo

largo de todos estos años yo he vivido personalmente muchas coincidencias extraordinarias en mi propia vida. Una de ellas fue particularmente relevante por las importantes consecuencias que tuvo y, por ello, vale la pena describirla.

En 1968, cuando el ejército soviético invadió Checoslovaquia, yo estaba en los Estados Unidos con una beca en la Universidad Johns Hopkins de Baltimore. Tras la invasión, las autoridades checas me conminaron a que regresara inmediatamente, pero decidí no acatar el requerimiento y permanecer en los Estados Unidos. Como consecuencia, no pude visitar mi país natal durante casi veinte años. A lo largo de todo este tiempo no pude mantener un contacto abierto con mis amigos y colegas de Checoslovaquia. Hubiera sido políticamente peligroso para ellos, porque mi estancia en los Estados Unidos era considerada ilegal. Tras la liberación de la Europa del Este, la junta directiva de la Asociación Transpersonal Internacional (ITA), de la que yo era presidente, decidió celebrar su siguiente encuentro en Checoslovaquia, y yo viajé a Praga para encontrar alguna posible sede para este encuentro. Tras mi llegada al aeropuerto de Praga, tomé un taxi para ir al piso de mi madre. Después de pasar algún tiempo juntos y ponernos al día, ella se fue a ver a un vecino para arreglar algunos asuntos y yo me quedé solo en el piso. Me senté en una butaca con una taza de té y empecé a reflexionar sobre mi misión. A causa de mi larga ausencia, había perdido todos mis contactos, desconocía la situación del momento y no tenía ninguna idea de por dónde empezar. Durante diez minutos estuve reflexionando sobre todas estas circunstancias, pero no llegaba a ninguna conclusión. De repente, el hilo de mis pensamientos fue interrumpido por la llamada insistente del timbre de la puerta. Tras abrirla, reconocí a Thomas, un colega psiquiatra más joven que yo y que en los viejos tiempos había sido uno de mis mejores amigos. Antes de mi partida para los Estados Unidos habíamos participado juntos en algunas investigaciones sobre estados no ordinarios de conciencia y nos habíamos asistido mutuamente en las sesiones psicodélicas. Se había enterado de mi visita a Praga por un conocido y venía a darme la bienvenida.

Para mi asombro, me enteré de que en el momento en que Thomas estaba saliendo de su apartamento, había sonado el teléfono de su casa. Era Ivan Havel, un prominente científico especializado en inteligencia artificial y hermano del presidente checo Václav Havel. Él y Thomas habían ido a la misma escuela y seguían siendo buenos amigos desde entonces. Resultó que Ivan Havel era uno de los dirigentes de un grupo de científicos progresistas que durante la época comunista habían celebrado reuniones secretas para investigar el nuevo paradigma y la psicología transpersonal.

El grupo había oído hablar de mi trabajo en una conferencia de Vasili Nalimov, un científico disidente soviético amigo mío. Ivan Havel sabía que Thomas y yo éramos amigos y le llamaba para hacer de intermediario entre yo y su grupo. Gracias a esta singular serie de coincidencias, sólo me tardé diez minutos en tener acceso al apoyo ideal para el congreso de la ITA: un grupo de profesionales muy competentes y vitalmente interesados en el tema, así como el jefe del estado, que resultó ser un estadista con una profunda orientación espiritual. El congreso se celebró en 1993 bajo los auspicios de Václav Havel y tuvo mucho éxito.

Probablemente el caso más famoso de coincidencia es una divertida historia sobre un cierto monsieur Deschamps y una clase especial de puding de ciruelas, contada por el astrónomo francés Flammarion y citada por Jung. Un tal *monsieur* de Fontgibu le había dado a Deschamps, cuando éste era niño, un pedazo de este raro puding. Durante los siguientes diez años no tuvo la oportunidad de probar aquell exquisitez hasta que hizo un viaje a París. Allí vio el mismo puding en el menú de un restaurante y pidió al camarero que le sirviera una porción. Sin embargo, resultó que el último pedazo había sido ya pedido... ¡por *monsieur* de Fontgibu!, que resultó estar en el mismo restaurante en aquel mismo momento. Muchos años después, *monsieur* Deschamps fue invitado a una fiesta en la que se servía aquel puding como una rareza especial. Mientras lo estaba comiendo, se dio cuenta de que lo único que faltaba era *monsieur* de Fontgibu. En aquel mismo ins-

tante se abrió la puerta y entró un anciano en un estado de gran confusión. Era *monsieur* de Fontgibu, que había irrumpido en la fiesta por error, ya que le habían dado una dirección equivocada del lugar al que tenía que acudir.

La existencia de coincidencias extraordinarias de este tipo es difícil de reconciliar con la comprensión del universo desarrollada por la ciencia materialista. Es más fácil imaginar que estos sucesos tienen un significado más profundo y que son creaciones lúdicas de la inteligencia cósmica. Esta explicación es particularmente plausible cuando contienen un elemento de humor, como es a menudo el caso. Utilizaré aquí como ilustración una verdadera historia de la vida del astronauta americano Neil Armstrong, el primer hombre que pisó la luna. Si se combina la probabilidad astronómica de que algo de este tipo suceda por azar con el exquisito humor de esta historia, nos encontramos sin duda ante una de las "coincidencias" más singulares de todos los tiempos.

Al descender del módulo lunar, justo antes de que su pie tocase la superficie de la luna, Neil Armstrong pronunció sus famosas palabras: «Un pequeño paso para el hombre, un paso gigante para la humanidad». Mucho menos conocido es que, al subir de nuevo al módulo lunar tras dejar la superficie de la luna, murmuró otra frase: «¡Buena suerte, señor Gorski!». Tras su regreso a la Tierra, algunos periodistas intrigados le preguntaron qué significaba aquella frase, pero Armstrong se negó a revelarlo. Algunos pensaron que podría haber sido dirigida a algún cosmonauta soviético, pero no había ninguno de este nombre. Tras diversos esfuerzos frustrados por parte de los periodistas, se olvidó todo el asunto.

El año pasado, en una fiesta en Florida, alguien suscitó de nuevo la cuestión. En esta ocasión, Neil Armstrong se sintió libre para desvelar el sentido de su frase puesto que, entre tanto, señor Gorski y su esposa habían muerto. Cuando Neil era niño, los Gorski eran los vecinos de la puerta de al lado. Un día, Neil estaba jugando a la pelota en su jardín con sus amigos. En algún momento, la pelota aterrizó en el jardín de los Gorski bajo la venta-

na abierta de su dormitorio y a Neil le tocó recuperarla. Los Gorski se hallaban en medio de una acalorada discusión. Cuando Neil estaba recogiendo la pelota, oyó a la señora Gorski gritar: «¿Sexo oral? ¿Quieres sexo oral? ¡Tendrás sexo oral el día en que el niño de al lado se pasee por la luna!».

Aunque coincidencias de este tipo son extremadamente interesantes por sí mismas, el trabajo de C. G. Jung añadió otra dimensión fascinante a este fenómeno que presenta todo un reto. Las situaciones expuestas anteriormente supusieron una concatenación altamente improbable de acontecimientos en el mundo de la materia. Jung observó y describió numerosos casos de coincidencias asombrosas en los que diversos acontecimientos de la realidad consensual estaban vinculados significativamente a experiencias intrapsíquicas, como sueños o visiones. Para este tipo de coincidencia acuñó el término dc *sincronía*.

En su famosa obra, *Sincronía: un principio de conexión no causal* (Jung 1960), definió la sincronía como «acaecimiento de un estado psíquico simultáneo a uno o más acontecimientos externos que parecen guardar paralelismos significativos con el estado subjetivo momentáneo». Situaciones de esta clase muestran que nuestra psique puede entrar en una interacción lúdica con lo que parece ser el mundo de la materia. El hecho de que esto pueda suceder borra las fronteras entre la realidad subjetiva y la realidad objetiva.

Entre los muchos ejemplos de sincronías de la propia vida de Jung, he aquí uno especialmente famoso; ocurrió durante una sesión de terapia con una de sus clientes. Dicha paciente tenía muchas resistencias al tratamiento y al concepto de realidades transpersonales. Hasta el momento en que ocurrió este acontecimiento concreto, no había hecho casi ningún progreso. En algún momento había tenido un sueño en el que se le daba un escarabajo dorado. Durante el análisis de este sueño, Jung oyó un sonido de algo que golpeaba la ventana. Fue a comprobar lo que sucedía y encontró en el cristal un brillante escarabajo rosa pálido que intentaba entrar en la habitación. Era un ejemplar muy raro, lo más cercano al escarabajo dorado que podía encontrarse en aquella

latitud. Nada así le había ocurrido antes a Jung. Él abrió la ventana, hizo entrar al escarabajo y se lo mostró a su paciente. Esta sorprendente sincronía produjo un gran impacto en ella y el acontecimiento se convirtió en un punto crucial de su terapia.

Las sincronías y la exploración interior

Los acontecimientos sincrónicos son particularmente frecuentes en la vida de personas que experimentan estados holotrópicos de conciencia durante la meditación, las sesiones psicodélicas, una psicoterapia vivencial o crisis psicoespirituales espontáneas. Las experiencias transpersonales y perinatales suelen ser acompañadas por coincidencias extraordinarias. Por ejemplo, cuando en nuestra exploración interna nos acercamos a la experiencia de la muerte del ego, repentinamente puede producirse en nuestra vida una acumulación de situaciones y accidentes peligrosos. No estoy hablando aquí de acontecimientos en los que nosotros tenemos una participación importante, sino aquéllos que son producidos por otras personas o por factores externos independientes. Cuando nos enfrentamos a la muerte del ego y tenemos la experiencia de renacer a nuestro proceso interno, dichas situaciones tienden a aclararse tan mágicamente como se produjeron. Parece que se nos da la alternativa de la muerte psicológica interior o de un daño físico o destrucción literal.

Igualmente, cuando tenemos una intensa experiencia de tipo chamánico que conlleva una guía espiritual en forma de animal, dicho animal puede continuar apareciendo de repente en nuestra vida en circunstancias diferentes, con una frecuencia que está más allá de cualquier probabilidad razonable. En uno de nuestros módulos de formación de seis días, una psicóloga que participaba en él tuvo vivió durante su sesión de respiración holotrópica una intensa secuencia chamánica en la que un búho desempeñaba un importante papel como su animal de poder y espíritu guía. Aquel mismo día, ella volvía de un paseo por el bosque pensando en el búho. Cuan-

do estaba conduciendo de vuelta a su casa al terminar el módulo de formación, advirtió un gran pájaro herido al lado de la carretera. Detuvo su automóvil y se acercó; era un gran búho con un ala rota. El búho se dejó coger y ella lo llevó al interior del auto sin que diese ninguna muestra de resistencia. Ella cuidó al búho hasta que fue capaz de volar y regresar a su entorno natural.

En el momento de una confrontación interna con las imágenes arquetípicas del *Animus*, *Anima*, el Viejo Sabio o la Madre Terrible, ejemplos ideales de estas figuras tienden a emerger en nuestra vida ordinaria. También ha sido la experiencia de muchas personas a las que, cuando se implicaron en un proyecto inspirado en dominios transpersonales de la psique, les ocurrieron sincronías extraordinarias que hicieron su trabajo sorprendentemente fácil. Sin duda, mi experiencia con el congreso de la ITA de Praga que he descrito, podría entrar en esta categoría.

Cuando estamos implicados en una investigación interna sistemática que incluye trabajar con estados holotrópicos, podemos esperar con una certeza razonable encontrarnos, antes o después, con sincronías significativas. A veces sólo advertiremos coincidencias individuales ocasionales, pero en otras ocasiones podemos vernos desbordados por un total desencadenamiento de las mismas. Según su contenido pueden ser muy inspiradoras, opresivas o terroríficas. En otro caso pueden llevar a graves problemas en la vida de cada día si son convincentes o acumulativas.

La psiquiatría tradicional no distingue entre las verdaderas sincronías y la falsa interpretación psicótica del mundo. Puesto que la visión del mundo materialista es estrictamente determinista y no acepta la posibilidad de "coincidencias significativas", cualquier indicio de un sincronismo extraordinario en el discurso del cliente será automáticamente interpretado como una pérdida de referencias, como el síntoma de una enfermedad mental grave. Sin embargo no existe ninguna duda sobre la existencia de sincronías genuinas, en la que cualquier persona que tenga acceso a los hechos ha de admitir que las coincidencias del caso están más allá de cualquier probabilidad estadística razonable.

La investigación sobre la conciencia y la física moderna

Jung era muy consciente del hecho de que el fenómeno de la sincronía era incompatible con el pensamiento tradicional de la ciencia. Como la creencia en la causalidad, como la ley fundamental de la naturaleza, estaba tan extendida y tan profundamente arraigada, dudó muchos años antes de publicar sus observaciones sobre los acontecimientos que se resistían a entrar en este molde. Postpuso la publicación de su obra sobre este tema hasta haber recogido él mismo y otras personas centenares de ejemplos convincentes de sincronías, para estar absolutamente seguro de que tenía algo válido que exponer.

Mientras se enfrentaba a este fenómeno, Jung se interesó en el desarrollo de la física cuántica de la realidad y en la visión alternativa del mundo que estaba aportando. Mantuvo muchos intercambios intelectuales con Wolgang Pauli, uno de los fundadores de la física cuántica, y se familiarizó con los conceptos revolucionarios de este campo. Jung era consciente del hecho de que sus propias observaciones parecían mucho más plausibles y aceptables en el contexto de la nueva imagen emergente de la realidad. Un apoyo suplementario a las ideas de Jung provino nada menos que de Albert Einstein; durante una visita personal, éste le animó a proseguir la elaboración de su concepto de sincronía, porque era un concepto totalmente compatible con el nuevo pensamiento de la física (Jung 1973).

Como toda esta exposición sobre la naturaleza arbitraria y ambigua del tiempo y del espacio podría parecer inverosímil, e incluso imposible, a alguien que no haya tenido experiencias transpersonales, parece apropiado mencionar algunas alternativas asombrosas a nuestra comprensión habitual de la realidad, que han emergido a lo largo de este siglo en la física moderna. Las fantásticas y aparentemente absurdas comprensiones profundas procedentes de los estados holotrópicos palidecen considerablemente cuando las comparamos con las atrevidas hipótesis sobre el microcosmos y el macrocosmos mantenidas por muchos

representantes prominentes de la física moderna. Las teorías más osadas sobre la naturaleza de la realidad que han sido formuladas por los físicos cuánticos, los astrofísicos y los cosmólogos son tomadas en serio cuando pueden ser respaldadas por ecuaciones matemáticas, mientras que conceptos similares se consideran de forma crítica, e incluso se ridiculizan, si proceden de la investigación sobre la conciencia o de la psicología transpersonal.

Según la teoría dominante sobre la génesis del cosmos, hubo una situación, hace aproximadamente 15.000 millones de años, en el que el tiempo y el espacio no existían. Éstos fueron creados junto con la materia durante el *big bang*, momento en que nació el universo en una explosión cataclísmica de proporciones inimaginables a partir de un punto o singularidad sin dimensiones. Y, a la inversa, miles de millones de años después de este momento, el tiempo y el espacio pueden dejar de nuevo de existir cuando el universo se colapse. Un proceso singular ya está sucediendo en nuestro cosmos en aquellos lugares en el que estrellas gigantes agonizan y se contraen rápidamente, dejando de existir y originando lo que los físicos llaman "agujeros negros". En el interior de estos agujeros negros, más allá de una determinada frontera que los físicos denominan "horizonte de sucesos" el tiempo, el espacio y las leyes físicas no existen ya tal como los conocemos.

A principios de siglo, en un avance conceptual sin precedentes, Albert Einstein sustituyó el espacio tridimensional y el tiempo lineal de Newton por un continuo espacio-tiempo de cuatro dimensiones. En el universo de Einstein se puede viajar en el espacio-tiempo de la misma forma que viajamos habitualmente a través del espacio. La famosa ecuación de Einstein sugiere que el tiempo se vuelve más lento proporcionalmente al aumento de velocidad de un sistema en movimiento, y se detiene cuando la velocidad de éste alcanza la de la luz. En un sistema en movimiento más rápido que la luz, el tiempo iría hacia atrás. El físico californiano Richard Feynman recibió el premio Nobel por su descubrimiento de que una partícula que avanza en el tiempo es idéntica a una partícula que retrocede en el tiempo.

Los físicos teóricos John Wheeler, Hugh Everett y Neil Graham llegaron a ser conocidos por su "hipótesis de múltiples mundos", conforme a la cual el universo se divide a cada instante en un número infinito de universos. En su libro, que fue un éxito de ventas, Kip S. Thorne (1994), profesor de física teórica en el Instituto de Tecnología de California, expuso seriamente la posibilidad de utilizar en el futuro "agujeros de gusanos", por ejemplo, para transportarse a diversos lugares del universo que se hallan a años luz e incluso para retroceder en el tiempo. Según David Bohm (1980), colaborador durante mucho tiempo de Albert Einstein, el mundo tal como lo conocemos supone sólo un aspecto de la realidad: su "orden explicado" u "orden desplegado". Su matriz generadora es el "orden implicado", una región normalmente oculta, en la que tanto el espacio como el tiempo se hallan "plegados".

He incluido esta breve incursión en el mundo de la física moderna porque el pensamiento imaginativo y creativo de esta disciplina presenta un asombroso contraste con el enfoque corto de miras que tienen de la psique y de la conciencia humanas los psiquiatras y psicólogos convencionales. Es sin duda alentador ver hasta qué punto los físicos han sido capaces de superar muchos prejuicios hondamente enraizados en su investigación para comprender el mundo de la materia. Quizá las hipótesis más desconcertantes de la física contemporánea nos ayuden a abordar con una mente abierta los hallazgos extraordinarios y cargados de retos de la investigación actual sobre la conciencia.

La danza cósmica

Podemos ahora intentar resumir las comprensiones profundas procedentes de los estados holotrópicos que describen la existencia como una aventura existencial y profunda de la Conciencia Absoluta: una danza cósmica sin fin, una obra exquisita o un drama divino. Al producirla, el principio creador genera a partir de sí y dentro de sí innumerables imágenes individuales, unidades divididas

de conciencia que adoptan diversos grados de relativa autonomía e independencia. Cada una de ellas supone una oportunidad para tener una experiencia única, para llevar a cabo un experimento de la conciencia. Con la pasión de un explorador, de un científico y de un artista, el principio creador experimenta con todas las experiencias concebibles en sus infinitas variaciones y combinaciones.

En esta obra divina, la Conciencia Absoluta encuentra la posibilidad de expresar su inmensa riqueza, abundancia y creatividad internas. A través de sus creaciones vive una multitud de roles individuales, encuentros, dramas complejos y aventuras en todos los niveles inimaginables. Esta obra de obras divina abarca desde las galaxias, los soles, los planetas y las lunas que giran a su alrededor, hasta las partículas nucleares, los átomos y las moléculas, pasando por las plantas, los animales y los seres humanos. Otras obras se desarrollan en las esferas arquetípicas y otras dimensiones de la existencia que no podemos percibir en nuestro estado ordinario de conciencia.

En ciclos sin fin de creación, conservación y destrucción, la Conciencia Absoluta supera los sentimientos de monotonía y aburrimiento trascedentes. La negación temporal y la pérdida de sus estados prístinos alternan con episodios de su redescubrimiento y recuperación. Estos períodos, que están llenos de agonía, angustia y desesperación, son seguidos por episodios de bienaventuranza y arrebatos de éxtasis. La recuperación de la conciencia original no diferenciada tras su pérdida temporal se vive como algo apasionante, sorprendente, fresco y nuevo. La existencia de la agonía proporciona una nueva dimensión a la experiencia del éxtasis, el conocimiento de la oscuridad refuerza la estima de la luz y la amplitud de la iluminación es directamente proporcional a la profundidad de la ignorancia anterior. Por añadidura, a cada incursión en los mundos fenoménicos que es seguida por el retorno a su conciencia original, la Mente Universal se enriquece con las experiencias de los diferentes roles vividos. Al haber concretado más su potencial interno, ha aumentado y profundizado el conocimiento de sí mismo.

Para tener esta comprensión del proceso cósmico es necesario asumir que la Mente Universal experimenta conscientemente todos los aspectos de la creación como objetos de observación y como estados subjetivos. Así, no sólo puede explorar todo el espectro de las percepciones, emociones, pensamientos y sensaciones específicamente humanas, sino también el estado de conciencia de todas las demás formas de vida del árbol evolutivo darwiniano. En el nivel de la conciencia celular, puede vivir la excitación de la carrera del esperma y la fusión de éste con el óvulo durante la concepción, así como la actividad de las células del hígado o de las neuronas del cerebro.

Trascendiendo los límites del reino animal y expandiéndose en el mundo vegetal, la Conciencia Absoluta puede convertirse en una secuoya gigante, vivirse como planta carnívora que atrapa y digiere una mosca o participar en la fotosíntesis de las hojas y en la germinación de las semillas. Igualmente, los fenómenos del mundo inorgánico, desde las relaciones entre los átomos hasta llegar al quásar y al púlsar, pasando por los terremotos y las explosiones de las bombas atómicas, proporcionan interesantes posibilidades de experimentación. Y puesto que en su naturaleza más profunda nuestra psique es idéntica a la Conciencia Absoluta, estas posibilidades vivenciales se hallan abiertas a todos nosotros en circunstancias concretas.

Cuando vemos la realidad desde la perspectiva de la Mente Universal, se trascienden todas las polaridades que experimentamos habitualmente. Esto se aplica a categorías como espíritu-materia, estabilidad-movimiento, bien-mal, masculino-femenino, belleza-fealdad o agonía-éxtasis. En última instancia, no existe una diferencia absoluta entre sujeto y objeto, observador y observado, experimentador y experimento, creador y creación. En definitiva, todos los roles del drama cósmico tienen sólo un protagonista que es la Conciencia Absoluta. Ésta es la única verdad esencial sobre la existencia revelada en las antiguas *Upanishads* hindúes. En los tiempos actuales encuentra una hermosa expresión artística en el poema del maestro budista

vietnamita Thich Nhat Hahn, titulado "Llámame por mis verdaderos nombres":

> No digas que partiré mañana
> porque todavía estoy llegando.
>
> Mira profundamente; llego a cada instante
> para ser el brote de una rama de primavera,
> para ser un pequeño pájaro de alas aún frágiles
> que aprende a cantar en su nuevo nido,
> para ser una oruga en el corazón de una flor,
> para ser una piedra preciosa escondida en una roca.
>
> Todavía estoy llegando para reír y para llorar,
> para temer y para esperar,
> pues el ritmo de mi corazón es el nacimiento y la muerte
> de todo lo que vive.
>
> Soy el efímero insecto en metamorfosis
> sobre la superficie del río,
> y soy el pájaro que cuando llega la primavera
> llega a tiempo para devorar ese insecto.
>
> Soy una rana que nada feliz
> en el agua clara de un estanque,
> y soy la culebra que se acerca
> sigilosa para alimentarse de la rana.
>
> Soy el niño de Uganda, todo piel y huesos,
> con piernas delgadas como cañas de bambú,
> y soy el comerciante de armas
> que vende armas mortales a Uganda.
>
> Soy la niña de doce años
> refugiada en un pequeño bote,

que se arroja al mar
tras haber sido violada por un pirata,
y soy el pirata
cuyo corazón es incapaz de ver y amar.

Soy el miembro del Politburó
con todo el poder en mis manos,
y soy el hombre que ha de pagar su deuda de sangre
a mi pueblo, muriendo lentamente
en un campo de concentración.

Mi alegría es como la primavera, tan cálida
que abre las flores de toda la Tierra.
Mi dolor es como un río de lágrimas,
tan desbordante que llena los cuatro océanos.

Llámame por mis verdaderos nombres
para poder oír al mismo tiempo mis llantos y mis risas,
para poder ver que mi dolor y mi alegría son la misma cosa.

Por favor, llámame por mis verdaderos nombres
para que pueda despertar
y quede abierta la puerta de mi corazón,
la puerta de la compasión.

6. EL PROBLEMA DEL BIEN Y DEL MAL

> Por tanto, quien quiera tener
> el bien sin el mal,
> el orden sin el desorden,
> no entiende los principios
> del cielo y de la tierra.
> Ignora totalmente
> que todo va unido.
>
> CHUANG-TSE, *Great and Small*

Cuestiones éticas de la introspección

Una de las cuestiones más importantes que continúan surgiendo en los estados holotrópicos de conciencia en múltiples formas y a difcrentes niveles es el problema de la ética. En el momento en que nuestras experiencias internas se centran en temas biográficos, las cuestiones éticas suelen adoptar la forma de una fuerte necesidad de examinar nuestra vida, desde la infancia hasta el momento actual, para evaluarla desde una perspectiva moral. Esto tiende a estar íntimamente unido a cuestiones que conciernen a la autoimagen y la autoestima. Cuando revisamos la historia de nuestra vida podemos sentir una necesidad urgente de

indagar si nuestra personalidad y nuestra conducta están a la altura de nuestros valores morales: los nuestros, los de nuestra familia y los de nuestra sociedad. Los criterios para hacer esta evaluación son habitualmente muy relativos e idiosincrásicos, puesto que implican necesariamente un fuerte sesgo personal, familiar y cultural. Fundamentalmente juzgamos nuestro comportamiento en función de los valores que se nos han impuesto desde fuera. Existe otra forma de autojuzgarse en la que evaluamos nuestro carácter y conducta, no conforme a los criterios cotidianos ordinarios, sino en comparación con el contenido de la ley universal y del orden cósmico. Experiencias de este tipo pueden producirse en los estados holotrópicos de varias formas, pero son particularmente frecuentes como parte de la revisión de vida en las situaciones cercanas a la muerte. Muchas personas que han estado cerca de la muerte hablan de sus encuentros con un Ser de Luz y describen que en su presencia sometieron sus vidas a un juicio implacable. Esta fuerte propensión de la psique humana a la autoevaluación moral se refleja en las escenas del juicio divino en las mitologías escatológicas de muchas culturas.

A medida que profundizamos en el proceso de introspección, podemos descubrir dentro de nosotros emociones e impulsos muy problemáticos de los que anteriormente éramos totalmente inconscientes: aspectos oscuros y destructivos de nuestra psique inconsciente que C. G. Jung llamó la Sombra. Este descubrimiento puede ser terrorífico y perturbador. Algunos de estos elementos oscuros representan nuestras reacciones a aspectos dolorosos de nuestra historia, en especial traumas de la primera y la segunda infancia. Además, el nivel perinatal de nuestra psique, que es la esfera relacionada con el trauma del nacimiento, parece conllevar un poderoso potencial destructivo. Las horas de experiencias dolorosas y que parecen amenazar la vida que están ligadas al paso a través del canal del nacimiento provocan naturalmente una consecuente respuesta violenta del feto. Ello tiene como consecuencia la formación de un depósito de tendencias agresivas que albergamos en nuestro inconsciente por el resto de

nuestra vida, a menos que hagamos un esfuerzo especial para afrontarlas y transformarlas con algún tipo de autoexploración vivencial.

A la vista de estos hallazgos, se hace evidente que los dobles amenazantes de obras como las de R. L. Stevenson, *El extraño caso del doctor Jekyll y Mr. Hyde*, Oscar Wilde, *El retrato de Dorian Gray*, o Edgar Allan Poe, "William Wilson" no representan personajes literarios de ficción, sino aspectos de la sombra de la personalidad humana ordinaria. Las personas que han sido capaces de mirar profundamente en el interior de su psique describen frecuentemente que descubrieron dentro de sí un potencial destructivo de la misma intensidad que personajes malignos de la categoría de Gengis-Kan, Hitler o Stalin. A la vista de estas demoledoras comprensiones profundas, es normal tener torturantes recelos sobre nuestra propia naturaleza y encontrarse con grandes dificultades para aceptarla.

Cuando la introspección alcanza un nivel transpersonal, es típico que surjan graves dudas éticas sobre la humanidad como conjunto, sobre toda la especie del *Homo sapiens*. Las experiencias transpersonales conllevan frecuentemente escenas históricas dramáticas o incluso brindan una amplia revisión panorámica de la historia. Estas secuencias aportan pruebas muy convincentes de que la violencia desencadenada y la codicia insaciable han sido siempre fuerzas impulsivas de la vida humana. Esto suscita la cuestión de la naturaleza de los seres humanos y de la proporción de bien y mal que hay en la especie humana.

¿Son los seres humanos en el núcleo de su ser sólo "monos desnudos" y se halla instalada la violencia en el sistema básico del cerebro humano? ¿Y cómo explicamos el aspecto de la conducta humana que el psicoanalista Erich Fromm (1973) llamó "agresión maligna", la maldad y destructividad que sobrepasa cualquier cosa conocida en el reino animal? ¿Cómo podemos explicar las carnicerías insensatas de las innumerables guerras, los asesinatos masivos de la Inquisición, el holocausto, el archipiélago Gulag de Stalin o las masacres de la antigua Yugoslavia o de

Ruanda? ¡Sin ninguna duda, sería difícil encontrar paralelismos a estas conductas en cualquier especie animal! La actual crisis global no ofrece ciertamente una imagen inspiradora y alentadora de la humanidad contemporánea. La violencia en forma de guerras, revueltas, terrorismo, tortura y crimen parece ir en aumento, y las armas modernas han alcanzado una eficacia apocalíptica. Miles de millones de dólares son desperdiciados en la locura de la carrera armamentista en todo el mundo, mientras millones de personas viven en la pobreza y mueren de hambre, o mueren por enfermedades para las que se conocen remedios a muy bajo coste. Diversas situaciones catastróficas, todas ellas creadas por la mano humana, amenazan con destruir nuestra especie y toda forma de vida en nuestro planeta. En la medida en la que el *Homo sapiens* es el culmen de la evolución natural, como nos gusta creer, ¿acaso no está viciada esencialmente tanto la humanidad como todo el fenómeno de la vida? En los estados holotrópicos, estas cuestiones pueden surgir con una urgencia e intensidad abrumadoras.

La relatividad de los criterios del bien y del mal

Las comprensiones profundas sobre temas éticos y las respuestas a diversos aspectos morales suelen verse considerablemente afectadas a medida que el proceso de introspección se desplaza de un nivel de conciencia a otro y vamos accediendo a una información que hasta entonces no teníamos a nuestra disposición. Nuestro juicio ético sobre los asuntos cotidianos puede cambiar muy drásticamente, incluso sin que intervengan comprensiones profundas procedentes de niveles superiores de conciencia, sino simplemente por la adquisición de una nueva información. Cuando se consideran retrospectivamente, las aparentes bendiciones del cielo pueden aparecer después como grandes desastres. Lo que en un momento se consideró como una acción benéfica puede adoptar con el tiempo una forma que no presagia

nada bueno cuando alcanzamos una comprensión más profunda y completa de todo lo que implica.

Podemos poner como ejemplo el descubrimiento del insecticida DDT poco después de la II Guerra Mundial. Inicialmente, el DDT fue muy alabado como un arma eficaz contra las enfermedades transmitidas por los insectos. Miles de toneladas de este material fueron lanzadas en tierras pantanosas de diversas partes del mundo en un esfuerzo para erradicar la fiebre amarilla y la malaria, y también fue utilizado a gran escala para combatir otras enfermedades transmitidas por insectos. Desde una perspectiva limitada, parecía ser un proyecto muy válido y recomendable. El DDT fue considerado una contribución tan positiva a la humanidad que en 1948 ganó para su descubridor Paul Müller un premio Nobel en fisiología y medicina. Sin embargo, lo que se había considerado en algún momento el gran sueño de los epidemiólogos acabó convirtiéndose en una pesadilla ecológica. Con el tiempo se descubrió que el DDT no era biodegradable y que todas las cantidades que se habían producido iban a perdurar durante siglos. Además, por su especial afinidad con las grasas, se descubrió que se concentra a cada vez más a medida que avanza en la cadena alimentaria a través del plancton, los peces pequeños, los más grandes, los pájaros y los mamíferos. En los pájaros, a veces alcanzaba una concentración que interfiere con su capacidad para crear cascarones de huevo aptos para la reproducción. Ahora sabemos que el DDT ha sido una de las causas de la extinción en algunos lugares de los pelícanos, los cormoranes, los marrajos gigantes, las águilas y los halcones. Su difusión geográfica ha alcanzado el Ártico donde se ha detectado en la grasa de los pingüinos. Incluso se ha introducido en las glándulas mamarias y en la leche de las madres. Aunque fue retirado del mercado hace muchos años, recientemente se ha descubierto que es un factor que contribuye al cáncer de mama.

El problema de la relatividad del bien y del mal fue abordado en una obra de Jean Paul Sartre, *El diablo y el buen Dios* (Sartre 1960). El protagonista principal, Goetz, es un mando militar mal-

vado y sin piedad que en su desenfrenada ambición comete muchos crímenes y fechorías. Cuando ve los estragos causados por la peste que se declara en la ciudad asediada y ocupada por su ejército, se ve acosado por el miedo a la muerte y promete a Dios cambiar su comportamiento si le salva la vida.

En este momento aparece milagrosamente un monje que le ayuda a escapar de la ciudad a través de un pasadizo subterráneo secreto. Goetz cumple su promesa y empieza una vida dedicada a hacer inquebrantablemente el bien. Sin embargo, por sus consecuencias, su nueva forma de vida causa más mal que sus anteriores conquistas implacables y malvadas. Esta obra representaba el comentario de Sartre a la historia del cristianismo, que es un ejemplo fundamental de cómo la imposición implacable del mensaje de amor puede tener como consecuencia acciones perversas y causar un sufrimiento de proporciones inimaginables.

La cuestión de la ética se confunde más aún por las diferencias que existen entre los códigos morales de una cultura a otra. Mientras que determinados grupos humanos aprecian y cultivan el cuerpo humano e incluso lo consideran sagrado, otros creen que cualquier cosa relacionada con la carne y las funciones fisiológicas son *a priori* corruptas y demoníacas. Algunos se sienten naturales y cómodos con su desnudez, otros exigen que las mujeres cubran todo su cuerpo, incluido el rostro. En algunos contextos culturales el adulterio fue castigado con la muerte, mientras que, según una vieja costumbre esquimal, se suponía que el anfitrión, dentro del espíritu de hospitalidad, debía poner a su esposa a disposición de todos los visitantes masculinos de su casa. Tanto la poligamia como la poliandria han sido practicadas en la historia cultural humana como alternativas sociales aceptables. Una tribu de Nueva Caledonia, sin embargo, solía matar a los hermanos gemelos, si uno era niño y la otra niña, porque habían cometido incesto en el seno materno. En contraste con esta costumbre, antiguamente en Egipto y en Perú la ley exigía que en las familias reales el hermano se casase con su hermana.

En Japón no sólo se recomendaba el suicidio, sino que era

exigido prácticamente en ciertas situaciones que se consideraban deshonrosas. En China y en otros lugares, cuando el gobernante moría, se mataba a las esposas y a los sirvientes y se les enterraba con él. Conforme a la costumbre hindú llamada *sati*, se supone que la viuda ha de seguir a su marido fallecido hasta las llamas de la pila funeraria. Junto con el infanticidio femenino, esta costumbre fue practicada en la India mucho después de haber sido puesta fuera de la ley por los británicos en el siglo XIX. El sacrificio humano ritual fue practicado en muchos grupos humanos y el canibalismo se consideraba una práctica aceptable en algunos grupos con una cultura refinada, como los aztecas y los maoríes. Desde una perspectiva transpersonal y transcultural, la rígida observancia de costumbres y normas que rigen las diversas prácticas psicobiológicas y sociales puede considerarse como un experimento de la conciencia cósmica, en el que se exploran sistemáticamente todas las posibles variaciones existenciales.

El mal como parte intrínseca de la creación

Uno de los desafíos éticos más difíciles que emerge en los estados holotrópicos es aceptar el hecho de que la agresión está inexplicablemente entretejida con el orden natural y de que no es posible vivir sin que sea a expensas de otra forma de vida. Antony van Leeuwenhoek, microbiólogo holandés e inventor del microscopio, lo resumió en una frase: «la vida se alimenta de vida: es cruel, pero es la voluntad de Dios». El poeta inglés Alfred lord Tennyson veía la naturaleza «enrojecida por colmillos y garras». Al escribir sobre la visión del mundo darwiniana, el biólogo George Williams (1966) lo expresó todavía más descarnadamente: «la Madre Naturaleza es una vieja bruja malvada». Y el marqués de Sade, que dio su nombre al sadismo, solía hacer referencias a la crueldad de la naturaleza como justificación de su propia conducta.

Incluso la forma más consciente de llevar nuestra vida no

puede ayudarnos a salir de este dilema. En su artículo "Asesinato en la cocina", Alan Watts (1969) exponía desde este punto de vista el problema de comer carne frente al vegetarianismo. El hecho de que «los conejos griten más alto que las zanahorias» no le parecía una buena razón para preferir comer zanahorias. Joseph Campbell expresó la misma idea con una definición medio en broma del vegetariano como «una persona que no es suficientemente sensible para escuchar el grito del tomate». Puesto que la vida tiene que alimentarse de vida, ya sea de naturaleza animal o vegetal, Watts recomendaba como solución un enfoque que se encuentra en muchas culturas nativas, tanto en comunidades de cazadores como de recolectores, y sociedades agrícolas. Estos grupos utilizan rituales que expresan gratitud por lo que se come y una aceptación humilde de su propia participación en la cadena alimentaria en ambos papeles: activo y pasivo.

Las decisiones y los temas éticos se vuelven particularmente complejos cuando las comprensiones profundas relevantes y las informaciones proceden de niveles de conciencia que no suelen ser fácilmente accesibles, particularmente aquéllos que incluyen la dimensión espiritual. Introducir criterios espirituales en situaciones cotidianas puede ser paralizante si se hace de una forma extrema o no están moderados por consideraciones prácticas.

Podemos mencionar aquí como ejemplo un episodio de la vida del famoso médico, músico, filántropo y filósofo Albert Schweitzer. Un día estaba tratando en su hospital de Lambaréné en medio de la selva a un africano que padecía una grave enfermedad infecciosa. Mientras estaba de pie junto a su cuerpo con la jeringa llena de antibiótico, de repente se preguntó qué es lo que le daba el derecho a destruir millones de vidas de microorganismos para salvar una vida humana. Se estaba cuestionando en virtud de qué criterios se arrogaba el derecho a considerar la vida humana como superior a la de todas las demás especies.

A Joseph Campbell se le preguntó en cierta ocasión cómo podemos reconciliar nuestra visión espiritual del mundo con la necesidad de tomar decisiones prácticas en la vida ordinaria, inclu-

yendo la de matar para salvar la vida. Como ejemplo, él describió la situación de un niño pequeño que se halla en peligro inminente de ser mordido por una serpiente. Cuando intervenimos en estas circunstancias, matar la serpiente no significa decir "no" a la serpiente como parte integral del orden del universo, como elemento significativo del orden cósmico. No se trata de negar el derecho a vivir de la serpiente como parte de la creación, ni necesariamente significa que no apreciemos su existencia. La intervención es nuestra reacción a una situación concreta y local, y no un gesto de relevancia cósmica definitiva.

Las raíces divinas del mal

A medida que descubrimos la existencia del mundo de los arquetipos y nos damos cuenta de que su dinámica desempeña un papel fundamental para crear los acontecimientos del mundo material, el centro de atención sobre consideraciones técnicas se desplaza de los niveles personales y culturales al ámbito transpersonal. Lo esencial aquí es la dicotomía fundamental de la esfera arquetípica: nos percatamos de que el panteón de seres arquetípicos incluye tanto principios benéficos como maléficos, así como la existencia de fuerzas o, utilizando la terminología de las culturas preindustriales, de deidades bondadosas o coléricas. Desde esta perspectiva, son ellas las responsables de los acontecimientos del mundo material. Sin embargo, antes o después se vuelve evidente que estas entidades no son autónomas. Son creaciones o manifestaciones de un principio todavía superior que los trasciende y los gobierna. En este punto, la investigación moral encuentra un nuevo foco de atención que se centra directamente en el principio creador.

Esto da pie naturalmente a una serie totalmente nueva de preguntas. ¿Existe un origen creador que trasciende las polaridades y es responsable tanto del bien como del mal? ¿O es el universo un campo de batalla en el que dos fuerzas cósmicas, una esen-

cialmente buena y la otra mala, libran un combate universal, tal como ha sido descrito por el zoroastrismo, el maniqueísmo y el cristianismo? Si es así, ¿Cuál de estos dos principios es más poderoso y prevalecerá al final? Si Dios es bueno y justo, omnisciente y omnipotente, como nos dice la corriente principal del cristianismo, ¿cómo explicamos la cantidad de mal que hay en el mundo? ¿Cómo es posible que millones de niños sean matados como animales o mueran de hambre, cáncer y enfermedades infecciosas, antes de haber podido cometer pecado alguno? La explicación que suele dar la teología cristiana al sugerir que Dios castiga a esas personas por adelantado, porque ve de antemano que serán pecadores, no es realmente muy convincente.

En muchas religiones, el concepto de *karma* y renacimiento ayuda a explicar cómo y por qué pucde suceder algo como esto. También explica las tremendas desigualdades que existen entre adultos y las diferencias que hay en sus destinos. Como exploraremos posteriormente en este libro, conceptos similares existían también en el cristianismo primitivo, particularmente en su forma gnóstica. El cristianismo gnóstico fue condenado como una herejía por la estructura eclesial en el siglo II, y en el siglo IV fue severamente perseguido con la ayuda del emperador Constantino. Las ideas sobre la reencarnación del alma individual fueron eliminadas del cristianismo en el año 553 en un Concilio especial celebrado en Constantinopla. Esto dejó al cristianismo con el formidable problema de la existencia de un creador omnipotente, justo y benevolente, en un mundo lleno de desigualdades y mal. La creencia en la reencarnación puede proporcionar respuestas a algunas de las cuestiones más inmediatas relativas al lado oscuro de la existencia, pero no aborda el problema del origen de la cadena kármica de causas y efectos. En los estados holotrópicos de conciencia emergen espontáneamente y con una gran urgencia las cuestiones éticas fundamentales sobre la naturaleza y el origen del mal, la razón de su existencia y su papel en la trama de la creación. El problema de la moral del principio creador, que es directamente responsable de todo el sufrimiento y los horrores de

la existencia y que tolera el mal, es realmente un problema de grandes dimensiones. La capacidad para aceptar la creación como es, incluido su lado de sombra y nuestro propio papel en ella, es una de las tareas más difíciles con las que nos podemos encontrar en una búsqueda filosófica y espiritual profunda. Por ello es interesante revisar qué formas adoptan estos problemas en el viaje interior.

Las experiencias de identificación con la Conciencia Absoluta o con el Vacío implican la trascendencia de todas las polaridades, incluidos los supuestos del bien y del mal. Contienen todo el espectro de la creación desde los aspectos más beatíficos a los más diabólicos, pero de una forma no manifestada, como puro potencial. Puesto que las consideraciones éticas sólo pueden aplicarse al mundo de los fenómenos manifestados, que conlleva implícita la polaridad, el problema del bien y del mal está íntimamente relacionado con el proceso de creación cósmica. Al hilo de nuestra exposición, es importante señalar que los valores y normas éticas forman parte de la creación y, por tanto, no tienen una existencia independiente por sí mismas. En el antiguo texto sagrado hindú, la *Katha Upanishad* podemos leer:

> Lo mismo que el sol, ojo del mundo entero,
> no es mancillado por los defectos externos de los ojos,
> el Alma interna de todas las cosas,
> no es mancillada por el mal del mundo,
> ya que éste es externo a ella.

El papel del mal en el orden universal

La comprensión definitiva y la aceptación filosófica del mal siempre parece implicar el reconocimiento de que éste desempeña un papel importante, e incluso necesario, en el proceso cósmico. Por ejemplo, las profundas comprensiones internas de las realidades esenciales a las que se puede acceder en los estados

holotrópicos podrían revelar que el mal es un elemento esencial del drama universal. Puesto que la creación cósmica es una *creatio ex nihilo*, o creación de la nada, tiene que ser simétrica. Todo lo que nace a la existencia tiene que estar contrapesado con su opuesto. Desde esta perspectiva, la existencia de polaridades de todo tipo es un requisito indispensable para la creación de los mundos fenoménicos. Este hecho tenía su paralelismo en las especulaciones de algunos físicos modernos sobre la materia y la antimateria, cuando sugieren que en los primeros momentos del universo, partículas y antipartículas estaban presentes en igual número.

Anteriormente vimos que uno de los "motivos" de que exista la creación parece ser la "necesidad" del principio creador de conocerse a sí mismo, de que "Dios pueda ver a Dios" o "el Rostro pueda contemplar al Rostro". En la medida en que lo divino crea para explorar su propio potencial interno, el no expresar toda la gama de su potencial significaría un autoconocimiento incompleto. Y si la Conciencia Absoluta es también el Artista, el Experimentador y el Explorador esencial, dejar fuera algunas opciones significativas significaría poner en peligro la riqueza de la creación. Los artistas no limitan sus temas a aquello que es bello, ético o inspirador. Representan todos los aspectos de la vida que pueden proporcionar imágenes interesantes o prometer historias fascinantes.

La existencia del lado oscuro de la creación refuerza sus aspectos luminosos, proporcionando al drama universal un contraste, una riqueza y una profundidad extraordinarias. El conflicto entre el bien y el mal, en todos los ámbitos y en todos los niveles de la existencia, es una fuente inagotable de inspiración para historias fascinantes. Un discípulo preguntó en cierta ocasión a Sri Ramakrishma, el gran visionario, santo y maestro espiritual: «*Swamiji*, ¿por qué existe el mal en el mundo?». Después de reflexionar unos instantes, Ramakrishma respondió sucintamente: «Para espesar el argumento». La respuesta puede parecer cínica, si consideramos la naturaleza y gravedad del sufrimiento del

mundo, concretado en millones de niños que mueren de hambre o enfermedades diversas, la locura de las guerras a lo largo de la historia, las innumerables víctimas sacrificadas y torturadas y la desolación de los desastres naturales. Sin embargo, un experimento mental puede ayudarnos a obtener una perspectiva diferente.

Imaginemos por un momento que podemos eliminar del orden universal cualquier cosa que sea considerada en general como mala o negativa, todos los elementos que creemos que no deberían formar parte de la vida. Al principio podría parecer que esto crearía un mundo ideal, un verdadero paraíso en la tierra. Sin embargo, cuando seguimos imaginando, vemos que la situación es mucho más compleja. Supongamos que empezamos con la eliminación de las enfermedades, algo que sin duda pertenece al lado oscuro de la existencia e imaginemos que nunca hayan existido. Muy pronto descubriríamos que no se trata de una intervención aislada que erradica selectivamente un aspecto de lo negativo del mundo. Esta interferencia tendría un profundo efecto en muchos aspectos positivos de la vida y de la creación que tenemos en alta estima.

Junto con las enfermedades, eliminaríamos toda la historia de la Medicina: la investigación médica y el conocimiento que imparte, el descubrimiento de las causas de las enfermedades peligrosas, e igualmente remedios eficaces, como las vitaminas, los antibióticos y las hormonas. No habría más milagros de la medicina moderna: operaciones que salvan la vida, trasplantes de órganos e ingeniería genética. Perderíamos a los grandes pioneros de la ciencia, como Virchow, Semmelweiss y Pasteur, héroes que dedicaron su vida entera a una apasionada investigación en búsqueda de respuestas a los problemas médicos. No serían tampoco necesarios el amor y la compasión de todos aquéllos que han cuidado y sanado a personas, desde los médicos y las enfermeras hasta una diversidad de buenos samaritanos. Perderíamos a la madre Teresa junto con la razón por la que se le otorgó el premio Nobel. Y ahora llegamos a los chamanes y a los sanadores indí-

genas con sus coloridos rituales y el conocimiento de hierbas medicinales, los milagros de Lourdes y los cirujanos psíquicos filipinos.

Otro aspecto obviamente oscuro y negativo de la creación es la existencia de regímenes opresores, de sistemas totalitarios, del genocidio y de las guerras. Si centramos nuestros esfuerzos de sanación cósmica en este campo, eliminaríamos una parte significativa de la historia humana. En este proceso de eliminación perderíamos todos los actos heroicos de los luchadores por la libertad de todos los tiempos, que sacrificaron su vida por causas justas y por la libertad de sus países y de sus compatriotas. No habría más triunfos de victoria sobre los imperios del mal y nos quedaríamos sin la embriaguez de la libertad recién conquistada. Tendríamos que eliminar del mundo los castillos fortificados de todos los países y períodos históricos, así como los museos que documentan la ingenuidad de la construcción de armas, el dominio del arte de la defensa y la riqueza de los atuendos militares. Naturalmente, la eliminación de la violencia del escenario del drama cósmico tendría profundas resonancias en el mundo del arte. Las bibliotecas, los museos de arte, las colecciones de música y los archivos cinematográficos se reducirían considerablemente si eliminásemos de ellos las piezas de arte inspiradas por la violencia y la lucha contra ella.

La ausencia del mal metafísico reduciría drásticamente la necesidad de que existiera la religión, puesto que Dios, al no tener un poderoso adversario, se convertiría en una propiedad garantizada que se tomaría como algo adquirido. Empezaría a faltar del orden universal de las cosas todo lo relacionado con el ritual y la vida espiritual de la humanidad, y nunca habría sucedido ninguno de los acontecimientos históricos inspirados por la religión. Es superfluo añadir que perderíamos también alguna de las mejores obras de arte –de la literatura, la música, la pintura, la escultura y el cine– inspiradas por el conflicto entre lo divino y lo diabólico. El mundo se quedaría sin sus gloriosas catedrales góticas, sus mezquitas musulmanas, sus sinagogas y sus templos

hindúes y budistas, así como otras joyas arquitectónicas inspiradas por la religión.

Si seguimos avanzando en este proceso de purgación de la sombra universal, la creación perdería su inmensa profundidad y riqueza. Llegaríamos posteriormente a un mundo sin color ni interés. Si esta clase de realidad se representara en una película de Hollywood, probablemente pensaríamos que no vale la pena verla y las salas de cine se quedarían vacías. Un manual ampliamente utilizado para escribir guiones de éxito subraya la importancia de la tensión, del conflicto y del drama como requisitos previos y necesarios para hacer una gran película. De hecho, advierte concretamente que describir "la vida de una aldea feliz" garantizaría un fracaso seguro y un desastre de taquilla.

Los productores de cine, que poseen la libertad de seleccionar cualquier tema para sus películas, no escogen normalmente historias dulces en las que no pasa nada y que siempre tengan un final feliz. Normalmente incluyen suspense, peligro, dificultades, graves conflictos emocionales, sexo, violencia y maldad. Es obvio, además, que los creadores de películas, por su parte, están bastante influidos por el gusto y las demandas del público. En la medida en que Dios creó a los seres humanos a su propia imagen, tal como se nos ha dicho, no sería sorprendente que la creación cósmica siguiera los mismos principios que rigen la actividad creadora y el enriquecimiento en nuestro mundo.

En el proceso de introspección descubrimos que la creación sufre una dicotomía en todos los niveles en los que encontramos formas y fenómenos separados. La Conciencia Absoluta y el Vacío existen más allá del mundo de los fenómenos y transcienden así todas las polaridades. El Bien y el Mal, como entidades separadas, nacen y se manifiestan en las fases iniciales de la creación, cuando el aspecto sombrío y luminoso de lo Divino emerge de la matriz indiferenciada del Vacío y de la Conciencia Absoluta. Aunque estos dos aspectos de la existencia representan polos opuestos y son antagónicos entre sí, ambos son elementos necesarios de la creación. En un juego de relación intrincada y com-

pleja, generan los innumerables personajes y acontecimientos que constituyen el drama cósmico en muchos niveles y dimensiones diferentes de la realidad.

Dos rostros de Dios

En los estados holotrópicos podemos tener la experiencia directa no sólo del principio creador unificado, como he descrito anteriormente, sino también por separado y como dos realidades distintas, ya sea en su forma benévola o malévola. Cuando nos encontramos con la forma benévola de Dios, sintonizamos selectivamente con los aspectos positivos de la creación. En este punto no somos conscientes del lado oscuro de la existencia y vemos la obra cósmica en su totalidad como esencialmente radiante y llena de éxtasis. El mal parece ser efímero o totalmente ausente del orden universal de las cosas.

La mejor aproximación a la comprensión de la naturaleza de esta experiencia es describirla conforme al antiguo concepto hindú de *Satchitânanda*. Esta palabra sánscrita está compuesta por tres raíces separadas: *Sat* significa existencia o ser; *chit* se traduce como conciencia; y *ânanda* significa felicidad absoluta. Todo lo que podemos decir de esta experiencia es que estamos identificados con un principio radiante, ilimitado y sin dimensiones, o un estado de ser que parece estar dotado de una existencia infinita, posee una conciencia o sabiduría igualmente infinita y vive un gozo ilimitado. También posee una capacidad infinita para crear formas y mundos de experiencias a partir de sí mismo.

Esta experiencia de *Satchitânanda*, o Existencia-Conciencia-Felicidad absoluta, tiene su contrapartida, un principio cósmico que personifica todo el potencial negativo de lo Divino. Representa un espejo que refleja una imagen negativa o un polo opuesto y exacto de los atributos esenciales de *Satchitânanda*. A este respecto podemos pensar en la escena introductoria del *Fausto* de Goethe, en la que Mefistófeles se presenta a Fausto: «yo soy

el espíritu que niega» (*Ich bin der Geist der stets verneint*). Cuando observamos los fenómenos que consideramos malos o diabólicos, vemos que pertenecen a tres categorías distintas, cada una de las cuales supone la liberación de una característica o atributo esencial de *Satchitânanda.*

La primera de estas cualidades esenciales de lo Divino positivo es *sat*, o existencia infinita. La categoría correspondiente del mal se relaciona con los conceptos y experiencias que tienen que ver con los límites y el término de la existencia y con la no existencia. A ellos pertenece la impermanencia que rige el mundo fenoménico y la perspectiva inevitable de la desaparición final de todas las cosas. Esto incluye nuestra propia desaparición, la muerte de todos los organismos vivos y la destrucción final de la tierra, del sistema solar y del universo. Podemos pensar aquí en la desolación que sintió Gautama Buda cuando en sus incursiones fuera del palacio de su padre descubrió la existencia de la enfermedad, la vejez y la muerte. En nuestra propia tradición, los clérigos cristianos medievales acuñaron muchas frases lacónicas que recordaban a la población este aspecto de la existencia: «polvo eres y en polvo te convertirás», «recuerda la muerte», «así es como pasa la gloria del mundo», o «la muerte es segura, su hora incierta».

El segundo aspecto importante de *Satchitânanda* es *chit*, o conciencia, sabiduría e inteligencia infinitas. La categoría correspondiente del mal tiene que ver con diversas formas y niveles de los límites de la conciencia y con la ignorancia. Cubre una amplia gama de fenómenos que abarcan desde las consecuencias nocivas de la falta de conocimiento, información inadecuada y malentendidos sobre los asuntos de la vida cotidiana, hasta el autoengaño y la ignorancia esencial sobre la naturaleza de la existencia en un alto nivel metafísico (*avidyâ*). Este tipo de ignorancia fue descrito por Buda y algunos maestros espirituales como una de las raíces más importantes de la insatisfacción. El tipo de conocimiento que puede rasgar el velo de esta ignorancia y conducir a la liberación de la insatisfacción se llama en Oriente *prajñaparamita*, o sabiduría trascendente.

La tercera categoría de fenómenos que se viven como malos o malignos incluyen elementos que suponen la negación de otra característica fundamental de *Satchitânanda*, el elemento de felicidad infinita o *ânanda*. Las experiencias que pertenecen a esta categoría y sus causas reflejan el lado oscuro en la forma más directa, obvia y explícita, ya que interfieren en la experiencia extásica de la existencia. Implican toda una gama de emociones problemáticas y de sensaciones físicas desagradables que son los polos opuestos del placer divino, como el dolor físico, la ansiedad, la vergüenza, el sentido de inadecuación, la depresión y la culpabilidad.

El principio demiúrgico del mal, la imagen negativa del espejo de *Satchitânanda* antes mencionada, puede vivirse de una forma puramente abstracta o como una manifestación más o menos concreta. Algunas personas la describen como Sombra Cósmica, un campo inmenso de energía ominosa, dotada de conciencia, inteligencia, potencial destructivo y una determinación monstruosa para producir caos, sufrimiento y desastre. Otros la viven como una figura antropomórfica de proporciones inmensas que representa el mal universal que lo invade todo, o el Dios Oscuro. El encuentro con el lado oscuro de la existencia puede adoptar también una forma de deidades concretas, más unidas a una cultura específica, como puede ser el ejemplo de Satán, Lucifer, Ahrimán, Hades, Lilith, Moloch, Kâlî o Coatlicue.

Me serviré aquí como ilustración de un pasaje del informe de Jane, una psicóloga de 35 años que, en su sesión de formación vivió una confrontación demoledora con el lado oscuro de la existencia, que culminó en un encuentro con una personificación terrorífica del mal universal.

> Tuve la impresión de que, hasta aquel momento, había vivido mi vida con unas gafas de cristal color rosa que me impedían ver la monstruosidad de la existencia. Vi innumerables imágenes de formas diversas de vida de la naturaleza que estaban siendo atacadas y devoradas por otras. Toda la cadena de la vida, desde

los organismos inferiores hasta los más desarrollados, apareció repentinamente como un drama brutal en el que los pequeños y débiles eran devorados por los grandes y fuertes. Esta dimensión de la naturaleza fue tan perturbadora e insoportable que apenas podía ver ningún otro aspecto, como la belleza de los animales o la ingenuidad e inteligencia creativa de la fuerza de vida. Era una ilustración demoledora de que la misma base de la vida está hecha de violencia; la vida no puede sobrevivir sin alimentarse de sí misma. Un herbívoro es simplemente un ejemplo más oculto y mitigado de la existencia predadora en su holocausto biológico. La frase «la naturaleza es criminal», que el marqués de Sade utilizaba para justificar su propio comportamiento, de repente cobraba un nuevo sentido.

Otras imágenes me llevaron a una visión panorámica de la historia de la humanidad y me proporcionaron pruebas obvias de haber sido dominada por la violencia y la codicia. Vi terribles combates de hombres de las cavernas que utilizaban mazas primitivas, así como matanzas en masa causadas por armas cada vez más perfeccionadas. Las visiones de las hordas mongólicas de Gengis-Kan arrasando toda Asia, matando sin sentido y quemando aldeas fueron seguidas por los horrores de los nazis alemanes, la Rusia de Stalin y el *apartheid* sudafricano. Además, otras imágenes describían el insaciable deseo de adquirir cosas y ¡la locura de nuestra sociedad tecnológica que amenaza con destruir toda la vida de este planeta!

La ironía final y la broma cruel de este panorama desesperanzador de la humanidad parecía ser el papel desempeñado por las grandes religiones del mundo. Era claro que estas instituciones que prometían hacer de intermediarias de lo divino han sido en realidad muchas veces un canal del mal. Desde la historia del Islam, expandido por la fuerza de la espada y de la lanza, hasta las cruzadas cristianas, las atrocidades de la Inquisición y las crueldades más recientes justificadas por motivos religiosos, la religión ha sido parte del problema más que de la solución.

Hasta este punto de la sesión, Jane tuvo que ser testigo de un despliegue selectivo de aspectos oscuros de la vida, tanto de la naturaleza como de la sociedad humana, sin obtener ninguna comprensión profunda sobre las causas de la codicia y de la violencia. En una fase posterior la experiencia la llevó directamente a lo que parecía ser la fuente metafísica de todo el mal del mundo.

> De repente la experiencia cambió y me encontré cara a cara con la entidad responsable de todo lo que había visto. Era la imagen que encarnaba la quintaesencia del Mal intemporal, una enorme figura increíblemente ominosa, que irradiaba un poder inimaginable. Aunque no tenía una medida concreta, parecía tan inmensa como todas las galaxias juntas. Aunque tenía un aspecto vagamente antropomórfico, apenas podía reconocer partes concretas de su cuerpo, ya que no tenía una forma concreta.
>
> Estaba compuesta de imágenes dinámicas que cambiaban con gran rapidez y fluían en una interpenetración holográfica. Dichas imágenes representaban diversas formas de mal y aparecían en las partes correspondientes de la anatomía de este dios del mal. Así, el vientre contenía cientos de imágenes de codicia y glotonería; la zona genital, escenas de perversión erótica, violaciones y asesinatos sexuales; los brazos y las manos, de violencia cometida por medio de espadas, dagas y armas de fuego. Yo estaba sobrecogida y sentía un indescriptible terror. Surgieron en mi mente los nombres de Satán, Lucifer y Ahrimán. Pero no eran sino etiquetas ridículas e insignificantes de lo que realmente estaba viviendo.

El poder separador del mal

Algunas personas que habían vivido un encuentro personal con el Mal Cósmico tuvieron interesantes comprensiones profundas sobre su naturaleza y función en el orden universal de las cosas. Vieron que este principio está entretejido de una manera

compleja en la trama de la existencia y que impregna con formas cada vez más concretas todos los niveles de la creación. Sus diversas manifestaciones son expresiones de la energía que hace que las unidades separadas de conciencia se sientan aisladas entre sí. También las aliena de su origen cósmico, la Conciencia Absoluta no diferenciada. De este modo les impide tomar conciencia de que tienen la misma identidad esencial que este origen y también de la unidad fundamental que existe entre ellas.

Desde este punto de vista, el mal está íntimamente vinculado con el dinamismo al que antes he hecho referencia como "división", "acción de pantalla" u "olvido". Puesto que la obra divina, el drama cósmico, es inimaginable sin protagonistas individuales, sin la existencia de entidades separadas y diferenciadas, la existencia del mal es absolutamente esencial para la creación del mundo tal como lo conocemos. Esta comprensión concuerda básicamente con el concepto que se encuentra en algunas escrituras místicas cristianas: el ángel caído, Lucifer (literalmente "el Portador de la Luz"), como representante de las polaridades, es considerado como una figura demiúrgica, que conduce a la humanidad en un viaje de fantasía al mundo de la materia. Si abordamos este problema desde otra perspectiva, podemos decir que, en última instancia, el mal y el sufrimiento se basan en una falsa percepción de la realidad, particularmente en la creencia de los seres vivos en su yo individual separado. Esta comprensión penetrante es una parte esencial de la doctrina budista de *anatta* o *Anâtman* (no-Yo).

La comprensión profunda de que el mal es una fuerza separadora en el universo también ayuda a entender ciertos patrones y secuencias vivenciales que son típicas de los estados holotrópicos. Así pues, las experiencias extáticas de unificación y expansión de la conciencia suelen ser precedidas por encuentros demoledores con las fuerzas de la oscuridad en forma de figuras arquetípicas del mal, o que pasan a través de pantallas demoníacas. Todo ello suele venir acompañado por un extremo sufrimiento emocional y físico. El ejemplo más sobresaliente que

ilustra esta relación es el proceso de muerte y renacimiento psicoespiritual, en el que las experiencias de agonía, terror y aniquilación por deidades coléricas son seguidas por una sensación de reunión con la fuente espiritual. Esta conexión parece haber encontrado una expresión concreta en los templos budistas japoneses, como el espléndido Todaiji en Nara, en el que hay que pasar entre figuras terroríficas de guardianes iracundos antes de penetrar en el interior del templo y encontrarse cara a cara con la imagen radiante de Buda.

Uno en muchos, muchos en Uno

Cualquier intento de aplicar valores éticos al proceso de la creación cósmica debe tomar en consideración un hecho importante. Según las comprensiones profundas presentadas en este libro, todas las fronteras que percibimos ordinariamente en el universo son arbitrarias y, en última instancia, ilusorias. El cosmos entero, en su naturaleza más profunda, es una sola entidad de dimensiones inimaginables, es Conciencia Absoluta. Como ya vimos en el hermoso poema de Tich Nhat Hahn, todos los papeles del drama cósmico tienen en definitiva sólo un protagonista. En todas las situaciones en las que se halla presente el elemento del mal, como el odio, la crueldad, la violencia, la infelicidad y el sufrimiento, el principio creador está jugando un complicado juego consigo mismo. El agresor es el mismo que el agredido, el dictador es el oprimido, el violador la persona violada y el asesino su víctima. El paciente infectado no es diferente de las bacterias que le han invadido y producido la enfermedad, o del médico que inyecta el antibiótico para detener la infección.

El siguiente pasaje de una sesión de Christopher Bache, el profesor de filosofía de la religión cuya descripción de la experiencia del Vacío cité anteriormente, es un ejemplo vívido de la demoledora toma de conciencia de que poseemos la misma identidad esencial que el principio creador:

> Como tema central apareció directamente la relación sexual. Al principio, ésta surgió en su forma agradable como deleite recíproco y satisfacción erótica, pero muy rápidamente cambió a su forma violenta, como ataque, asalto, herida y daño. Las fuerzas del asalto sexual también surgían del entramado de la humanidad. Yo me enfrentaba a aquellas fuerzas brutales y detrás de mí había una niña. Intentaba protegerla de ellas, manteniéndola detrás e impidiendo que la alcanzasen. El horror se intensificó cuando vi que la niña era mi preciosa hija de tres años. Yo era ella y, a la vez, todos los niños del mundo.
>
> Continué intentando protegerla, repeler el ataque que ya me estaba haciendo retroceder, pero sabía a ciencia cierta que iba a fracasar. Cuanto más mantenía en jaque a aquellas fuerzas, más poderosas se volvían. El "yo" en aquella situación no era simplemente el "yo" personal, sino cientos de miles de personas. El horror iba mucho más allá de todo lo que pueda describir. Echando una ojeada por encima de mi hombro pude percibir el aura de inocencia aterrorizada, pero en aquel momento se había añadido otro elemento: una presión de abrazo místico. Superpuesta a la niña se hallaba la Mujer Primordial, la misma Diosa Madre. Me rogó que la abrazase y supe instintivamente que no había ninguna dulzura mayor que la que encontraba en sus brazos.
>
> Al protegerme del violento asalto sexual me estaba protegiendo del abrazo místico de la Diosa, pero no podía dejarme violar y que mataran a mi hija por dulce que fuera la promesa de redención. El frenesí siguió aumentando hasta que empezó a transformarse. Conteniendo todavía el terrible ataque asesino, me hallaba entonces dando la cara a mi víctima y siendo desgarrado por las fuerzas de la pasión, por un lado, y las fuerzas de protección por otro. Mi víctima era al mismo tiempo mi hija frágil, inocente e indefensa, y la Mujer Primordial, que me invitaba a un abrazo sexual de proporciones cósmicas.

Tras un largo período de batalla agónica contra el terrorífico asalto de impulsos violentos, Chris pudo rendirse a ellos poco a

poco y dejar que se expresaran. La resolución de esta torturante situación llegó cuando fue capaz de descubrir que, detrás de los protagonistas separados de aquellas escenas violentas, había únicamente una sola entidad: él mismo como principio creador.

> Por muy arduamente que luchara contra lo que estaba sucediendo, estaba siendo arrastrado a desencadenar la furia. Lleno de horror y sed ciega estaba empezando yo a atacar, a violar, a matar, pero seguía luchando con todas mis fuerzas contra lo que estaba sucediendo. La lucha me llevó a niveles de intensidad cada vez más profundos hasta que de repente algo se rompió totalmente y llegué a la demoledora toma de conciencia de que estaba encaminándome a violarme y matarme a mí mismo. Este salto adelante era multidimensional y me produjo una gran confusión. La intensidad de mi lucha me condujo más allá de un punto crucial en el que de repente me vi enfrentado a la realidad de que yo era al mismo tiempo el violador asesino y la víctima. Vivencialmente supe que éramos la misma persona. Al mirar a los ojos de mi víctima, descubrí que estaba mirando mi propio rostro. Entonces sollocé sin poder contenerme: «me estoy haciendo esto a mí mismo».
>
> No se trataba de una inversión kármica, una entrada en una vida anterior en la que víctima y verdugo cambian de lugar. Por el contrario, era un salto cuántico a un nivel existencial que disolvía todas las dualidades en un solo flujo que lo abarcaba todo. El "yo" que conozco no era en modo alguno personal, sino una unidad subyacente que abarcaba a todas las personas. Era colectivo en el sentido de incluir toda la experiencia humana, pero esencialmente era simple e indiviso. Yo era uno. Era el agresor y la víctima. Era el violador y la violada. Era el asesino y la persona asesinada. Yo me lo estaba haciendo a mí mismo. A lo largo de toda la historia me lo he estado haciendo a mí mismo.
>
> El dolor de la historia humana era mi dolor. No había víctimas. Nada fuera de mí que me estuviera haciendo eso. Yo era responsable de todo lo que estaba viviendo, de todo lo que siem-

> pre había sucedido. Estaba mirando el rostro de mi creación. Yo lo hacía. Yo estoy haciendo esto. Yo decido que todo esto suceda. Decido crear todos estos mundos horribles, horribles.

Las formas de vacuidad y la vacuidad de las formas

En cualquier explicación metafísica sobre la existencia del mal debemos tomar en consideración otro factor importante. Un análisis cuidadoso de la naturaleza de la realidad, ya sea existencial, científico o filosófico, revelará que el mundo material y todos los acontecimientos del mismo son esencialmente vacuidad. Los textos de las diferentes escuelas budistas ofrecen prácticas de meditación mediante las cuales podemos descubrir la vacuidad de todos los objetos materiales y la ausencia de un yo separado en nuestro propio ser. Siguiendo las instrucciones de la práctica espiritual podemos alcanzar una confirmación experimental de la afirmación básica dcl budismo de que la forma es vacío y el vacío es forma.

Esta afirmación, que parece paradójica e incluso absurda a nuestro estado cotidiano de conciencia, revela una profunda verdad sobre la realidad, que ha sido confirmada por la ciencia moderna. Durante las primeras décadas de este siglo, los físicos llevaron a cabo una investigación sistemática explorando la composición de la materia hasta llegar al nivel subatómico. A lo largo de este proceso descubrieron que lo que ellos habían considerado previamente como materia sólida resultaba estar cada vez más vacío. Posteriormente desaparecía completamente de la escena cualquier cosa que incluso pudiera parecer remotamente materia sólida y era sustituida por ecuaciones abstractas de probabilidad.

Lo que los budistas descubrieron vivencialmente y los físicos modernos de forma experimental concuerda esencialmente con las especulaciones metafísicas de Alfred North Whitehead (1967), uno de los mayores filósofos de este siglo. Whitehead llama a la

creencia en la existencia duradera de objetos materiales separados «la falacia de lo concreto momentáneamente perdido». Según él, el universo se compone de numerosos impulsos discontinuos de actividad existencial. El elemento básico del que está hecho el universo no es sustancia duradera, sino momentos de experiencia, llamados en su terminología *ocasiones reales*. Este término se aplica a los fenómenos en todos los niveles de la realidad, desde las partículas subatómicas a las almas humanas.

Como sugiere lo expuesto, ninguno de los acontecimientos de nuestra vida ordinaria y, a este respecto, ninguna de las situaciones que implican sufrimiento y mal, son esencialmente reales en el sentido en que los concebimos y los experimentamos. Para ilustrar esto, volveré a la analogía de la película que ya he utilizado. Cuando estamos contemplando una película o un programa en la televisión, lo que vemos como protagonistas separados son en realidad diversos aspectos del mismo y único campo unificado de luz. Podemos decidir interpretar nuestras percepciones como un drama complejo de la vida real o darnos cuenta de que estamos siendo testigos de una danza de ondas electromagnéticas y acústicas de diversas frecuencias que son cuidadosamente orquestadas para tener un efecto específico. Aunque una persona simple o un niño pueden tomar erróneamente la película por la realidad, el espectador corriente será bien consciente del hecho de que está participando en una realidad virtual e imaginaria.

La razón por la que decidimos interpretar el juego de luces y sonidos como una historia real y a los protagonistas como realidades separadas es porque estamos interesados en la experiencia que resulta de adoptar esta estrategia. En realidad, tomamos una decisión voluntaria de ir al cine y consentimos en pagar la entrada porque buscamos activamente las experiencias que nos ofrece. Y aunque decidimos reaccionar a la situación como si fuera real, en otro nivel somos conscientes de que los personajes de la película son ficticios y de que los protagonistas son actores que decidieron voluntariamente participar en ella. Particularmente importante desde el punto de vista de nuestra exposición es el

que los espectadores saben que las personas a las que matan en la película no mueren en la realidad.

Según las visiones internas descritas en este libro, la condición humana guarda un gran paralelismo con la del espectador cinematográfico. En otro nivel de la realidad tomamos la decisión de encarnarnos porque estamos atraídos por las experiencias que proporciona la existencia material. La identidad separada de los protagonistas del drama cósmico, incluido nuestro propio drama, es una ilusión, y la materia de la que el universo parece estar hecha está esencialmente vacía. El mundo en el que vivimos no existe realmente en la forma en la que lo percibimos. Las escrituras espirituales de Oriente comparan nuestra experiencia ordinaria del mundo a un sueño del que podemos despertar. Fritjof Schuon (1969) lo expresa muy sucintamente: «el universo es un sueño tejido de sueños: sólo el Yo está despierto».

En el drama cósmico, al igual que en una película o en una obra de teatro, a nadie se mata ni nadie muere, puesto que, cuando acaba un papel concreto, se asume una identidad más amplia y más profunda. En cierto sentido, los protagonistas y el drama no existen en absoluto, o existen y no existen al mismo tiempo. Desde este punto de vista, culpar a la Mente Universal de la existencia del mal en el mundo sería tan absurdo como sentenciar al director de la película por los crímenes o asesinatos cometidos en la pantalla. Naturalmente, existe una diferencia importante entre los seres vivos y los protagonistas de las películas. Aunque los seres del mundo material no sean lo que parecen ser, las experiencias de dolor físico y de sufrimiento emocional que van unidas a su papel son reales. Por supuesto, éste no es el caso de los actores de las películas.

Esta forma de considerar la creación puede ser muy perturbadora, a pesar del hecho de que está basada en experiencias personales muy convincentes vividas en estados holotrópicos y en general también es compatible con los descubrimientos científicos sobre la naturaleza de la realidad. Los problemas empiezan a ser evidentes cuando nos detenemos a pensar en las consecuencias prácticas que esta perspectiva tiene para nuestra vida y para nues-

tra conducta cotidiana. A primera vista, considerar el mundo material como "realidad virtual" y comparar la existencia humana con una película parece trivializar la vida y minusvalorar la profundidad de la infelicidad humana. Podría parecer que esta perspectiva niega la gravedad del sufrimiento humano y que alimenta una actitud de indiferencia cínica en la que nada importa realmente. Igualmente, aceptar el mal como una parte integrante de la creación y ver su relatividad podría fácilmente considerarse como una justificación para eliminar cualquier restricción ética y para perseguir insaciablemente metas egoístas. También podría parecer un modo de sabotear cualquier esfuerzo para combatir activamente el mal en el mundo.

No obstante, la situación a este respecto es mucho más compleja de lo que podría parecer en una primera visión superficial. Ante todo, la experiencia práctica muestra que la conciencia de la vacuidad que existe detrás de todas las formas no es en absoluto incompatible con el aprecio y amor genuinos por la creación. Las experiencias trascendentes que conducen a profundas comprensiones metafísicas de la naturaleza de la realidad lo que hacen es crear reverencia hacia todos los seres vivos y un compromiso responsable hacia el proceso de la vida. Nuestra compasión no exige objetos que tengan sustancia material. Con la misma facilidad puede dirigirse a seres sensibles que sean unidades de conciencia.

La conciencia de la vacuidad que subyace al mundo de las formas puede ayudarnos en gran medida a afrontar las situaciones difíciles de la vida. Al mismo tiempo, no hace que la existencia tenga menos sentido ni interfiere con nuestra capacidad de disfrutar de los aspectos bellos y placenteros de la vida. La compasión y admiración profundas por la creación no es en forma alguna incompatible con el darse cuenta de que el mundo material no existe en la forma en la que lo experimentamos. Después de todo, podemos tener una reacción emocional intensa a obras de arte de gran fuerza y sentir una profunda empatía por sus personajes. Pero, a diferencia de las obras de arte, ¡en la vida todas las experiencias de los protagonistas son reales!

El impacto de los procesos holotrópicos en los valores éticos y en la conducta

Antes de que podamos apreciar plenamente las implicaciones éticas que pueden tener en nuestra conducta las comprensiones profundas y trascendentes, tenemos que tomar en consideración algunos factores adicionales. La introspección vivencial que da acceso a estas comprensiones suele poner de manifiesto importantes focos biográficos, perinatales y transpersonales de violencia y codicia anclados en nuestro inconsciente. El trabajo psicológico sobre este material que aflora conduce a reducir significativamente la agresión y a aumentar la tolerancia. También encontramos un amplio espectro de experiencias transpersonales en las que nos identificamos con diversos aspectos de la creación. La consecuencia es una profunda reverencia por la vida y una empatía por todos los seres vivos. El mismo proceso a través del cual vamos descubriendo la vacuidad de las formas y la relatividad de los valores éticos también reduce significativamente nuestra propensión al comportamiento inmoral y antisocial, y nos enseña el amor y la compasión.

Desarrollamos un nuevo sistema de valores que no está basado en normas convencionales, preceptos, mandamientos y miedo al castigo, sino en nuestro conocimiento y comprensión del orden universal. Nos percatamos de que formamos parte integrante de la creación y de que, al herir a otros, nos estaríamos hiriendo a nosotros mismos. Además, la introspección profunda conduce al descubrimiento vivencial del renacimiento y de la ley del *karma*. Esto nos proporciona una toma de conciencia de la posibilidad de que puedan producirse grandes repercusiones existenciales por los comportamientos dañinos, incluso por aquéllos que escapan a las penalizaciones sociales.

Platón fue claramente consciente de las profundas implicaciones morales de nuestras creencias respecto a la posibilidad de que continúe la vida más allá del fallecimiento biológico. En *Las leyes* (Platón 1961 a) hace decir a Sócrates que la despreocupación

por las consecuencias *post mortem* de nuestras obras sería «un aliciente para los malvados». En fases avanzadas del desarrollo espiritual, una combinación del debilitamiento de la agresión y de la orientación egocéntrica, junto con un sentimiento de unidad con los seres vivos y la toma de conciencia del *karma* se vuelven factores importantes que rigen nuestra conducta cotidiana.

En este contexto es interesante mencionar a C. G. Jung y la crisis que atravesó cuando tomó conciencia de la relatividad de todas las normas y valores éticos. En este punto cuestionó seriamente si, desde una perspectiva superior, realmente importa en absoluto la conducta que decidimos seguir y si tiene alguna relevancia el que cumplamos o no las normas éticas. Después de cierta reflexión encontró finalmente una respuesta personal satisfactoria a este problema. Llegó a la conclusión de que, puesto que no existen criterios morales absolutos, toda decisión ética es un acto creador que refleja nuestra etapa actual de desarrollo de la conciencia y la información que tenemos disponible. Cuando cambian estos factores podemos ver en retrospectiva la situación de forma diferente. Sin embargo, esto no significa que nuestra decisión original fuera equivocada. Lo importante es que hicimos lo mejor que pudimos en aquellas circunstancias.

Aunque en las experiencias transpersonales avanzadas podemos trascender el mal, su existencia parece ser muy real en nuestra vida cotidiana y en otros ámbitos de la existencia, particularmente en el ámbito arquetípico. En el mundo de la religión, a menudo encontramos tendencias a describir el mal como algo que está separado de lo Divino y que es ajeno a él. Las experiencias holotrópicas conducen a una comprensión que uno de mis clientes llamó “realismo trascendente”. Es una actitud de aceptación del hecho de que el mal forma parte intrínseca de la creación y de que todos los ámbitos que contienen individualidades separadas siempre tendrán un lado numinoso y otro oscuro. Puesto que el mal está inexplicablemente tejido en el entramado cósmico y es indispensable para la existencia de los mundos de experiencia, no puede ser derrotado y erradicado. Sin embargo, aun-

que no podamos eliminar el mal del orden universal de las cosas, podemos sin duda transformarnos y desarrollar formas radicalmente diferentes de enfrentarnos con el lado oscuro de la existencia.

Al hacer un profundo trabajo vivencial cobramos conciencia de que tenemos que experimentar en nuestra vida una cierta cantidad de dolor físico y emocional, así como de incomodidad que es intrínseca a la existencia encarnada en general. La Primera Noble Verdad del Buda nos recuerda que la vida significa insatisfacción (*duhkha*) y se refiere concretamente a las situaciones y circunstancias causantes de nuestra infelicidad: el nacimiento, la vejez, la enfermedad, la muerte, el contacto con lo que no nos gusta, la separación de lo que nos es querido, así como no obtener lo que deseamos. Además, cada uno de nosotros sufre una insatisfacción que es muy personal y que refleja nuestro destino y nuestro pasado kármico.

Aunque no podamos evitar la insatisfacción, tenemos una cierta influencia en su duración en el tiempo y en la forma que adopta. Mis observaciones a partir del trabajo con los estados holotrópicos indican que cuando nos enfrentamos al lado oscuro de la existencia de una forma centrada y condensada en sesiones planificadas, podemos reducir significativamente sus diversas manifestaciones en nuestra vida cotidiana. Existen algunas otras formas en que la introspección sistemática puede ayudarnos a afrontar la insatisfacción y a atravesar los aspectos difíciles de la existencia. Después de aprender a soportar la extrema intensidad de las experiencias en los estados holotrópicos, nuestra línea de flotación y nuestro umbral de insatisfacción atraviesan profundos cambios, y las pruebas y tribulaciones de cada día son mucho más fáciles de soportar.

También descubrimos que no somos egos corporales o lo que los hindúes llaman nombre y forma (*nâmarûpa*). A lo largo de nuestra introspección experimentamos cambios radicales en nuestro sentido de identidad. En los estados holotrópicos podemos identificarnos con cualquier cosa, desde una insignificante

partícula de protoplasma en un vasto universo material, hasta la totalidad de la existencia y la misma Conciencia Absoluta. El que nos veamos como víctimas indefensas de fuerzas cósmicas abrumadoras o como coautores de los guiones de nuestra vida ejerce naturalmente un impacto trascendental sobre el grado de insatisfacción que experimentamos en nuestra vida o, a la inversa, sobre el grado de deleite y libertad que disfrutamos.

Arquetipos del mal y el futuro de la humanidad

Antes de cerrar este capítulo me gustaría mencionar algunas comprensiones profundas e interesantes de los estados holotrópicos, que tienen que ver con la relación entre el mal, el futuro de la humanidad y la supervivencia de la vida en nuestro planeta. Todos somos dolorosamente conscientes de la grave y peligrosa crisis global a la que nos enfrentamos cuando estamos a punto de entrar en el próximo milenio. Es obvio que no podemos continuar actuando como hemos actuado en el pasado a lo largo de gran parte de la historia y creer que podremos sobrevivir. Actualmente es imperativo encontrar formas de poner freno a la violencia humana, desmantelar las armas de destrucción masiva y garantizar la paz en el mundo. Igualmente importante es detener la contaminación industrial de la atmósfera, el agua y el suelo, y reorientar nuestra economía hacia fuentes renovables de energía. Otra tarea importante es eliminar la pobreza y el hambre del mundo y proporcionar tratamiento a todas las personas que padecen enfermedades curables.

Muchas personas estamos profundamente preocupadas por esta situación y tenemos un sincero deseo de conjurarla y crear un mundo mejor. Es obvio que la situación del mundo es crítica y que es difícil imaginar acciones fáciles que la remedien y la corrijan. La dificultad para encontrar soluciones suele atribuirse al hecho de que la actual crisis global es extremadamente compleja e implica un complicado entramado de problemas que tiene dimensio-

nes económicas, políticas, éticas, militares, psicológicas y de otro tipo. Las soluciones, si es que son factibles, se ven como correcciones a las tendencias desviadas de estos diferentes campos.

En los estados holotrópicos descubrimos que este problema también posee una dimensión metafísica perturbadora. Nos damos cuenta de que lo que está sucediendo en nuestro mundo no viene determinado únicamente por causas materiales. En última instancia es un reflejo directo de la dinámica del dominio arquetípico. Las fuerzas y entidades que actúan en este dominio están fuertemente polarizadas; el panteón de figuras arquetípicas incluye tanto las deidades benévolas como maléficas. Los principios arquetípicos –bueno, neutro y malo– son partes integrantes de la creación y también elementos indispensables para el juego cósmico. Por esta razón no es posible eliminar el mal del orden universal de las cosas. La mitad del panteón arquetípico no puede simplemente "ser dejada de lado".

A la vista de estas visiones internas se hace obvio que, si queremos mejorar la situación del mundo y reducir la influencia de los elementos perversos en nuestros asuntos cotidianos, tenemos que encontrar formas de expresión menos destructivas y menos peligrosas para las fuerzas arquetípicas responsables de las mismas. Es imprescindible crear contextos apropiados que puedan hacer posible el honrar a estas fuerzas arquetípicas y ofrecerles salidas alternativas que refuercen la vida en lugar de destruirla. En ocasiones, los estados holotrópicos aportan interesantes ideas que sugieren cómo serían dichas actividades e instituciones.

La estrategia principal para reducir el impacto de las fuerzas arquetípicas potencialmente destructivas en nuestro mundo encontrarían canales seguros de expresión en los estados holotrópicos de conciencia. Ello incluye programas de práctica espiritual sistemática de diferentes orientaciones, diversas formas vivenciales de psicoterapia, como medios de tener acceso a experiencias perinatales y transpersonales, y centros que ofrecen sesiones psicodélicas supervisadas. De gran importancia sería también un retorno a las actividades rituales reconocidas y comparables a las

que existían en todas las culturas antiguas y aborígenes. Las versiones modernas de los ritos de paso facilitarían el vivir conscientemente e integrar diversas energías problemáticas destructivas y autodestructivas que, en caso contrario, tienen un efecto perturbador en la sociedad. Otras alternativas interesantes serían las formas dinámicas del arte nuevo y formas de ocio que utilizan la tecnología de la realidad virtual.

Estas tecnologías transformadoras podrían ser complementadas por diversas actividades orientadas hacia el exterior y que sirviesen al mismo propósito. Así, las energías explosivas y potencialmente destructivas que actualmente se expresan como guerras de destrucción recíproca podrían ser canalizadas parcialmente a través de un programa espacial integrado globalmente y a gran escala, y de otros proyectos técnicos similares. Otra posibilidad sería la organización de acontecimientos competitivos de diversos tipos, como torneos deportivos o carreras en las que se utilizase la tecnología moderna. Parte de la energía también podría canalizarse a través de parques de atracciones bien preparados y espectáculos al aire libre, parecidos a las fiestas que la realeza, la aristocracia y el pueblo llano en general celebraban en la Antigüedad y en el Medievo. Si estas comprensiones profundas tienen alguna validez, la tarea de desarrollar estas nuevas formas supone sin duda un reto interesante.

7. NACIMIENTO, SEXO Y MUERTE: LA CONEXIÓN CÓSMICA

> La muerte limita con nuestro nacimiento, y nuestra cuna se halla ya en la tumba.
>
> JOSEPH HALL

> El hombre se pone totalmente a nivel del animal si busca gratificar únicamente la concupiscencia, pero eleva su posición superior cuando, doblegando el deseo animal, combina con las funciones sexuales las ideas de mortalidad, de lo sublime y de lo bello.
>
> BARÓN RICHARD VON KRAFFT-EBING

Relaciones íntimas entre nacimiento, sexo y muerte

En el capítulo que explora las formas de reunión con la fuente cósmica mencioné brevemente tres aspectos de la vida humana que tienen una conexión particularmente estrecha con el dominio transpersonal: el nacimiento, el sexo y la muerte. Como vimos, los tres suponen puertas importantes hacia la trascendencia y oportunidades únicas para volverse a unir con la dimensión cósmica. Esto es así tanto si nuestro encuentro con una de estas zonas se produce de una forma simbólica en el proceso de profunda autoexploración vivencial, como si se produce en situaciones de la vida cotidiana.

Las mujeres que dan a luz y las personas que participan en el parto como asistentes u observadores pueden tener una poderosa experiencia de apertura espiritual. Esto sucede especialmente si el parto no se lleva a cabo en el contexto deshumanizado de un hospital, sino en circunstancias en las que es posible experimentar plenamente su impacto psicológico y espiritual. Igualmente, rozar personalmente la muerte o pasar un tiempo próximos a personas a punto de morir puede ser un poderoso catalizador de experiencias místicas. Y hacer el amor con una pareja compatible puede ser un acontecimiento profundamente espiritual y, en ocasiones, puede incluso ser el desencadenante de un proceso duradero de evolución de la conciencia. La estrecha relación entre sexualidad y espiritualidad es la base de las prácticas orientales tántricas.

Además de su íntima relación con la espiritualidad, el nacimiento, el sexo y la muerte, también revelan un solapamiento vivencial entre sí. Para muchas mujeres, un parto sin complicaciones y en condiciones favorables puede ser la experiencia sexual más fuerte de su vida. A la inversa, un intenso orgasmo sexual, tanto de la mujer como del hombre, puede a veces adoptar la forma de un renacimiento psicoespiritual. También el orgasmo puede ser tan abrumador que puede experimentarse subjetivamente como un morir. La conexión entre orgasmo sexual y muerte se refleja en francés cuando se refiere a él como "pequeña muerte" (*la petite mort*). Y la muerte, especialmente si está unida a la asfixia, tiene un fuerte componente sexual.

Igualmente íntima es la relación entre el nacimiento y la muerte. En los estados avanzados de embarazo, muchas mujeres tienen sueños que contienen temas de muerte y destrucción. El parto es un acontecimiento que amenaza potencialmente la vida de la madre, así como la del niño. Dar a luz puede conllevar un intenso miedo a morir, incluso cuando no existe ninguna dificultad concreta ni peligro real para la vida. Lo contrario también es verdad; las experiencias cercanas a la muerte tienen ciertos elementos comunes con el nacimiento, particularmente la sensación frecuente de pasar a través de un túnel o canal y emerger a la luz.

En el trabajo con estados holotrópicos podemos alcanzar comprensiones profundas de la naturaleza de estas conexiones vivenciales entre el nacimiento, el sexo y la muerte. En la psique inconsciente, estas tres esferas cruciales de nuestra vida están tan íntimamente relacionadas y entretejidas que es imposible experimentar una sin tocar las otras dos. Esto puede parecer sorprendente, porque en nuestra vida cotidiana solemos pensar que estas tres esferas están separadas y hablamos de ellas en diferentes contextos. El nacimiento es algo que marca el principio dc nuestra vida y que implica la venida de un bebé. La muerte, a menos que sea consecuencia de una enfermedad grave o de un accidente, se asocia con la vejez y, por tanto, con la etapa final de nuestra vida. La sexualidad, en el pleno sentido de la palabra, pertenece a un período intermedio de nuestra vida caracterizado por la madurez física.

Nacimiento, sexo y muerte en los procesos perinatales

Esta visión convencional de la relación entre nacimiento, sexo y muerte experimenta profundos cambios cuando nuestro proceso de introspección profunda y vivencial atraviesa el nivel de los recuerdos de la infancia y de la primera infancia y retrocede hasta el nacimiento, al ámbito perinatal de la psique. Empezamos descubriendo emociones y sensaciones físicas de una extrema intensidad, que a menudo superan cualquier cosa que hubiéramos podido prever como humanamente posible. En este punto, las experiencias se convierten en una extraña mezcla de sensaciones e imágenes relacionadas con el nacimiento y la muerte. Implican una sensación de grave confinamiento amenazador para la vida y de lucha desesperada y decidida a liberarnos y sobrevivir. Esta relación íntima entre nacimiento y muerte en el nivel perinatal refleja el hecho de que el nacimiento es un acontecimiento potencialmente amenazador para la vida. El niño y la madre pueden perder realmente su vida durante este proceso y los bebés pueden nacer completamcnte azules a causa de la asfixia o casi muertos y necesitar ser revividos.

El revivir diversos aspectos del nacimiento biológico puede ser algo muy auténtico, que no deja lugar a dudas y que a menudo reproduce dicho proceso con un detalle casi fotográfico. Esto puede acontecer incluso a personas que no tienen información sobre los detalles de su nacimiento y que carecen de cualquier conocimiento elemental de obstetricia. Así, por ejemplo, podemos descubrir por medio de la experiencia directa que el parto fue difícil, que se utilizó el fórceps o que nacimos con el cordón umbilical alrededor del cuello. Podemos sentir la ansiedad, la furia biológica, el dolor físico y la asfixia que acompañan a este acontecimiento aterrador, e incluso reconocer con exactitud el tipo de anestesia utilizada cuando nacimos. Con frecuencia todo esto se ve complementado por diversas posturas y movimientos de la cabeza y del cuerpo que recrean con precisión los mecanismos de un tipo concreto de parto. Todos estos detalles pueden ser confirmados si podemos disponer de registros completos del nacimiento o de testigos personales de confianza.

La fuerte representación del nacimiento y de la muerte en nuestra psique y la asociación cercana entre sí puede sorprender a los psicólogos y psiquiatras tradicionales, pero es realmente lógica y fácilmente comprensible. El parto termina brutalmente con la existencia intrauterina del feto. Éste "muere" como organismo acuático y nace como forma de vida que respira aire y que es fisiológica e incluso anatómicamente diferente. Y el paso a través del canal del parto es en sí mismo una situación difícil y potencialmente amenazadora para la vida.

No es fácil entender por qué la dinámica perinatal incluye también de ordinario un componente sexual y, sin embargo, cuando estamos reviviendo las fases finales del nacimiento como feto, éstas suelen ir asociadas con un impulso sexual extraordinariamente intenso. Lo mismo puede decirse para las mujeres parturientas, que pueden experimentar una mezcla de miedo a la muerte y una intensa excitación sexual. Esta conexión parece extraña y desconcertante, particularmente en lo que se refiere al feto, y sin duda merece algunas palabras para explicarla.

Parece existir un mecanismo en el organismo humano que transforma el sufrimiento extremo, especialmente cuando se halla asociado con la asfixia, en una forma concreta de excitación sexual. Esta conexión vivencial puede observarse en una variedad de situaciones diferentes a la del nacimiento. Las personas que han intentado ahorcarse y fueron rescatadas en el último momento describen generalmente que, en el momento máximo de asfixia, sintieron una excitación sexual casi insoportable. Se sabe que los hombres ejecutados en la horca suelen tener una erección e incluso eyacular. Los textos escritos sobre la tortura y el lavado de cerebro describen que el sufrimiento físico inhumano a veces desencadena estados de éxtasis sexual. En una forma menos extrema, este mecanismo funciona en diversas prácticas sadomasoquistas que incluyen la estrangulación y la asfixia. En las sectas de flagelantes, que practican regularmente la tortura autoinfligida, y en los mártires religiosos sometidos a tormentos inimaginables, el dolor físico extremo cambia en un determinado punto, se convierte en una excitación sexual y posteriormente deriva hacia el rapto extático y las experiencias trascendentes.

Dinámica y simbolismo de las matrices perinatales básicas (MPB)

Hasta aquí nos hemos centrado principalmente en los aspectos emocionales y físicos de las experiencias del nacimiento. Sin embargo, el espectro vivencial del ámbito perinatal del inconsciente no se limita a elementos derivados de los procesos biológicos implicados en el nacimiento; también incluye un rico simbolismo de imágenes extraído de los dominios transpersonales. El dominio perinatal es una importante fase de conexión entre los niveles biográficos y transpersonales de la psique. De hecho, es una puerta a los aspectos históricos y arquetípicos del inconsciente colectivo en el sentido jungiano. Puesto que el simbolismo específico de estas experiencias tiene su origen en el inconscien-

te colectivo, y no en los bancos individuales de la memoria, puede proceder de cualquier contexto geográfico e histórico, así como de cualquier tradición espiritual del mundo, con total independencia de nuestro pasado y contexto racial, cultural, educativo o religioso.

La identificación con el bebé que se enfrenta al sufrimiento del paso a través del canal del parto parece proporcionar un acceso a vivir las cxpcriencias de personas de otros tiempos y culturas, de diversos animales e incluso de figuras mitológicas. Es como si al conectar con la experiencia del feto que lucha por nacer, se alcanzase una conexión íntima, casi mística, con la conciencia de la especie humana y con otros seres vivos que se hallan o se han hallado en una situación difícil similar.

La confrontación vivencial con el nacimiento y la muerte parece derivar automáticamente en una apertura espiritual y en un descubrimiento de las dimensiones místicas de la psique y de la existencia. Como ya mencioné, no parece que haya ninguna diferencia por el hecho de que este encuentro entre el nacimiento y la muerte se produzca en situaciones de la vida real, en mujeres parturientas y en el contexto de experiencias cercanas a la muerte o si es puramente simbólico. Las intensas secuencias perinatales de las sesiones psicodélicas y holotrópicas, o las desencadenadas en el curso de crisis psicoespirituales espontáneas (casos de emergencia espiritual) parecen tener el mismo efecto.

El nacimiento biológico tiene tres fases distintas. En la primera, el feto está sometido periódicamente a contracciones uterinas sin tener ninguna posibilidad de escapar a esta situación, puesto que el cuello del útero está firmemente cerrado. Continuas contracciones tiran de la cabeza del feto hacia el cuello del útero, hasta que éste se halla suficientemente dilatado como para permitir el paso a través del canal del nacimiento. La plena dilatación del cuello del útero marca la transición de la primera a la segunda fase del parto, que se caracteriza por el descenso de la cabeza a la pelvis y su gradual y difícil propulsión a través del canal del parto. Y, por último, en la tercera fase, el recién nacido

emerge del canal del parto y, tras ser cortado el cordón umbilical, se convierte en un organismo anatómicamente independiente.

En cada una de estas fases, el bebé experimenta una serie concreta y típica de emociones intensas y sensaciones físicas. Estas experiencias dejan profundas huellas inconscientes en la psique que más tarde desempeñan un importante papel en la vida de la persona. Reforzados por experiencias emocionalmente importantes de la primera infancia y de la niñez, los recuerdos del nacimiento pueden conformar la percepción del mundo, influir profundamente en el comportamiento cotidiano y contribuir al desarrollo de diversos trastornos emocionales y psicosomáticos. En los estados holotrópicos, este material inconsciente puede aflorar a la superficie y ser vivido plenamente. Cuando nuestro proceso de introspección profunda nos hace retroceder hasta el nacimiento, descubrimos que revivir cada fase del parto está asociado con un patrón vivencial distinto, caracterizado por una combinación concreta de emociones, sensaciones físicas e imágenes simbólicas. Denomino a estos patrones de experiencia matrices perinatales básicas (MPB).

La primera matriz perinatal básica (MPB I)

La primera matriz perinatal (MPB I) se halla relacionada con la experiencia intrauterina inmediatamente anterior al nacimiento, y las restantes matrices (MPB II a MPB IV) a las tres fases clínicas del parto antes descritas. Además de contener elementos que suponen una reproducción de la situación original del feto en una fase particular del nacimiento, las matrices perinatales básicas también incluyen diversas escenas naturales, históricas y mitológicas con cualidades de vivencias similares extraídas de los dominios transpersonales. A continuación esbozaré brevemente las condiciones específicas entre la dinámica perinatal y el dominio transpersonal.

Me gustaría recalcar que las conexiones entre las experiencias

de las etapas consecutivas del nacimiento biológico y las diversas imágenes simbólicas asociadas con ellas son muy concretas y coherentes. La razón de que emerjan juntas no es comprensible si se utiliza la lógica convencional. Sin embargo, esto no significa que estas asociaciones sean arbitrarias y al azar. Poseen su propio orden profundo que pueden describirse como "lógica vivencial". Esto significa que la conexión entre las experiencias características de diversas etapas del nacimiento y los temas simbólicos concomitantes no se basan en alguna similitud formal externa, sino en el hecho de que comparten las mismas emociones y las mismas sensaciones físicas.

Cuando se experimentan los episodios de la existencia embrional sin perturbaciones (MPB I), con frecuencia encontramos imágenes de vastas regiones sin fronteras ni límites. A veces nos indentificamos con galaxias, con el espacio interestelar o con todo el cosmos; en otras ocasiones tenemos la experiencia de flotar en el océano o de convertirnos en animales acuáticos, como peces, delfines o ballenas. La experiencia intrauterina no perturbada también puede abrirnos a visiones de una naturaleza segura, hermosa e incondicionalmente nutritiva, como un buen útero (la Madre Naturaleza). Podemos ver lujuriosos jardines, campos de maíz maduro, terrazas agrícolas en los Andes o islas de la Polinesia en su estado natural. La experiencia del buen útero también puede facilitar el acceso selectivo al dominio arquetípico del inconsciente colectivo y abrirnos a imágenes de paraísos o cielos tal como lo describen las mitologías de diferentes culturas.

Cuando estamos reviviendo episodios de perturbaciones intrauterinas o experiencias de "mal útero", tenemos una sensación de amenaza oscura y ominosa, y a menudo sentimos que estamos siendo envenenados. Podemos ver imágenes que describen aguas contaminadas y vertederos tóxicos. Esto refleja el hecho de que muchas perturbaciones prenatales son producidas por cambios tóxicos en el cuerpo de la madre embarazada. La experiencia del útero tóxico puede asociarse con visiones de figuras diabólicas terroríficas procedentes de los ámbitos arquetípicos del incons-

ciente colectivo. Revivir interferencias más violentas durante la existencia prenatal, como un aborto espontáneo o un intento de aborto, habitualmente se halla conectado con una sensación de amenaza universal o con sangrientas visiones apocalípticas del fin del mundo.

Segunda matriz perinatal básica (MPB II)

Cuando la regresión vivencial alcanza la llegada del nacimiento, es típico que sintamos que estamos siendo succionados por un remolino gigante o tragados por algún animal mítico. También podemos tener la experiencia de que todo el mundo o incluso el cosmos está siendo sepultado. Esto puede asociarse con imágenes de ser devorados por monstruos arquetípicos, como leviatanes, dragones o serpientes, tarántulas o pulpos gigantes. La sensación de esta amenaza abrumadora para la vida puede conducir a una intensa ansiedad y desconfianza general al límite de la paranoia. También podemos tener la experiencia de un descenso a las profundidades del mundo subterráneo, el reino de la muerte o el infierno. Como describió con tanta elocuencia el mitólogo Joseph Campbell, éste es el tema universal en las mitologías del viaje del héroe (Campbell 1968).

Revivir la primera fase plenamente desarrollada del nacimiento biológico, cuando el útero se está contrayendo pero el cuello del útero no está abierto (MPB II), es una de las peores experiencias que el ser humano puede tener. Nos sentimos atrapados en una monstruosa pesadilla claustrofóbica, sufrimos un agónico dolor emocional y físico, y tenemos una sensación de extrema desesperanza e indefensión. Nuestros sentimientos de soledad, de que la vida es absurda y la desesperación existencial pueden alcanzar proporciones metafísicas. Perdemos la conexión con el tiempo lineal y llegamos a convencernos de que esta situación nunca acabará y de que no tiene en absoluto ninguna salida. Sin duda alguna, lo que nos está sucediendo en nuestra men-

te es lo que las religiones llaman infierno: un insoportable tormento emocional y físico sin ninguna esperanza de redención. Esto puede verse acompañado por imágenes arquetípicas de diablos y paisajes infernales procedentes de diferentes culturas.

Cuando estamos afrontando la oscura situación de falta de salida entre las garras de las contracciones uterinas, podemos conectar vivencialmente con secuencias del inconsciente colectivo que incluyen personas, animales e incluso seres mitológicos que se hallan en una situación similar de dolor e impotencia. Nos identificamos con prisioneros en mazmorras, con reclusos en campos de concentración o en asilos psiquiátricos y con animales atrapados en trampas. Podemos experimentar los intolerables tormentos de los pecadores en el infierno o de Sísifo intentando hacer rodar montaña arriba su roca en el abismo más profundo del Hades. Nuestro dolor puede convertirse en la agonía de Cristo, preguntando a Dios por qué le ha abandonado. Nos parece que en este momento estamos afrontando la perspectiva de una condena eterna. Este estado de oscuridad y de desesperación abismal es conocido en diversos textos espirituales como la «noche oscura del alma». Desde una perspectiva más amplia, y a pesar de los sentimientos de extrema desesperación que entrañan, este estado constituye una fase importante de la apertura espiritual. Si se experimenta en toda su profundidad, puede tener un efecto inmensamente purificador y liberador en aquéllos que lo viven.

Tercera matriz perinatal básica (MPB III)

La experiencia de la segunda fase del nacimiento, la propulsión a través del canal del nacimiento después de haberse abierto el cuello del útero y de que la cabeza haya empezado a descender (MPB III) es extraordinariamente rica y dinámica. Enfrentados a energías que se entrechocan y a las presiones hidráulicas que conlleva el parto, nos vemos desbordados de imágenes del inconsciente colectivo que describen secuencias de batalla titánicas, es-

cenas de violencia y torturas sangrientas. Es también durante esta fase cuando nos vemos enfrentamos a impulsos y energías sexuales de una naturaleza problemática y una intensidad inusual.

Ya he descrito antes que la excitación sexual constituye una parte importante de la experiencia del nacimiento. Esto sitúa nuestro primer encuentro con la sexualidad en un contexto muy precario, en una situación en la que nuestra vida se ve amenazada, en la que sufrimos dolor e infligimos dolor y en la que nos sentimos incapaces de respirar. Al mismo tiempo estamos experimentando una mezcla de ansiedad vital y de furia biológica primitiva, pudiéndose entender ésta última como una comprensible reacción del feto a esta dolorosa experiencia que parece amenazar la vida. En las fases finales del nacimiento también podemos encontrarnos con diversas materias biológicas, como sangre, mucosidad, orina e incluso heces.

A causa de estas conexiones problemáticas, las experiencias e imágenes que encontramos en esta fase suelen presentar el sexo de una forma groseramente distorsionada. La extraña mezcla de excitación sexual y de dolor, agresión, ansiedad vital y materias biológicas nos conducen a secuencias pornográficas, aberrantes, sadomasoquistas, escatológicas e incluso satánicas. Podemos vernos abrumados por escenas dramáticas de abusos sexuales, perversiones, violaciones y asesinatos con motivación erótica.

A veces, estas experiencias pueden adoptar la forma de participación en rituales con brujas y personas satánicas. Esto parece relacionarse con el hecho de que revivir esta etapa del nacimiento implica la misma extraña combinación de emociones, sensaciones y elementos que caracteriza las escenas arquetípicas de las misas negras y de las orgías de brujas (la noche de Walpurgis). Es una mezcla de excitación sexual, ansiedad llena de pánico, agresión, amenaza vital, dolor, sacrificio y encuentro con materias biológicas normalmente repulsivas. Esta peculiar amalgama vivencial está asociada con un sentido de lo sagrado o de lo numinoso que refleja el hecho de que todo esto se está desarrollando en una proximidad cercana a la apertura espiritual.

Esta fase del proceso del nacimiento también puede estar asociada con innumerables imágenes procedentes del inconsciente colectivo que representan escenas de agresiones asesinas, como batallas encarnizadas, revoluciones sangrientas, cruentas carnicerías y genocidios. En todas las escenas violentas y sexuales que encontramos en esta fase, alternamos entre el rol del perpetrador y el de la víctima. Es el período del encuentro principal con el lado oscuro de nuestra personalidad, la Sombra de Jung, que hemos expuesto en el capítulo sobre el bien y el mal. Cuando esta fase perinatal se acerca a su término y resolución, muchas personas ven a Jesús, el vía crucis y la crucifixión, o incluso viven realmente una plena identificación con el sufrimiento de Jesús. El ámbito arquetípico del inconsciente colectivo contribuye a esta fase con figuras mitológicas y heroicas, así como dioses y diosas que representan la muerte y el nacimiento, como el dios egipcio Osiris, o las deidades griegas Dionisos y Perséfone, o la diosa sumeria Innana.

Cuarta matriz perinatal básica (MPB IV)

Revivir la tercera fase del proceso del nacimiento, la emergencia real al mundo (MPB IV), comienza típicamente con el tema del fuego. Tenemos la sensación de que nuestro cuerpo está siendo consumido por un fuego muy vivo, contemplamos visiones de ciudades y bosques ardiendo o nos identificamos con víctimas inmoladas por el fuego. Las versiones arquetípicas de este fuego pueden adoptar la forma de las llamas purificadoras del purgatorio o de la legendaria ave fénix, que muere en su nido que arde y emerge de sus cenizas renacida y rejuvenecida. El fuego purificador parece destruir en nosotros todo lo que está corrompido y nos prepara para el renacimiento espiritual. Cuando revivimos el momento real del nacimiento lo experimentamos como una aniquilación completa y un posterior renacimiento y resurrección.

Para entender por qué vivimos como muerte y renacimiento la experiencia de revivir el nacimiento biológico, hay que darse cuenta de que lo que sucede en nosotros es mucho más que una simple reposición del acontecimiento original de nuestro nacimiento como bebés. Durante el parto estamos completamente confinados en el canal y no tenemos ninguna forma de expresar las emociones y sensaciones extremas que implica. Nuestro recuerdo de este acontecimiento permanece así sin digerirlo ni asimilarlo desde el punto de vista psicológico. Gran parte de nuestro concepto posterior sobre nosotros mismos y de nuestras actitudes hacia el mundo están fuertemente contaminadas por este constante recuerdo profundo de la vulnerabilidad, inadecuación y debilidad que vivimos en el momento de nacer. En cierto sentido nacemos anatómicamente, pero no asimilamos el hecho de que la urgencia y el peligro ya han pasado. La sensación de morir y la agonía que se producen durante la lucha por revivir el nacimiento reflejan el dolor real y la amenaza vital de su proceso biológico en el momento en que se produjo. Sin embargo, la muerte del ego que precede inmediatamente al renacimiento es la muerte de nuestros viejos conceptos sobre quiénes somos y cómo es el mundo, que fueron forjados por la huella que se imprimió en el momento de nuestro nacimiento. A medida que vamos desterrando de nuestra psique y de nuestro cuerpo estos viejos programas dejándolos emerger a la conciencia, vamos reduciendo su carga energética y cortocircuitando su influencia destructiva en nuestra vida. Desde una perspectiva más amplia, este proceso es realmente muy sanador y transformador. Sin embargo, cuando nos acercamos a esta solución final podemos sentir paradójicamente que, a medida que las viejas huellas abandonan nuestro sistema, estamos muriendo con ellas. A veces, no sólo tenemos la sensación de una aniquilación personal, sino también de la destrucción del mundo tal como lo conocemos.

Aunque sólo nos separa un pequeño paso de la experiencia de la liberación radical, tenemos la sensación de una ansiedad omnipresente y de una catástrofe inminente de enormes proporciones. La impresión de una condena a muerte inminente puede ser

muy convincente y abrumadora. El sentimiento predominante es que estamos perdiendo todo lo que conocemos y lo que somos. Al mismo tiempo, no tenemos ninguna idea de lo que hay al otro lado o ni siquiera de si existe algo allí. Este miedo es la razón por la que en esta etapa muchas personas se resisten desesperadamente al proceso si pueden. Como consecuencia, pueden permanecer estancados psicológicamente en este territorio problemático por un período indefinido. El encuentro con la muerte del ego es una etapa del camino espiritual en la que podemos necesitar mucho aliento y apoyo psicológico. Cuando logramos superar el miedo metafísico que acompaña a esta importante coyuntura y decidimos dejar que sucedan las cosas, experimentamos una total aniquilación en todos los niveles imaginables. Esto implica la destrucción física, el desastre emocional, la derrota intelectual y filosófica, un verdadero fracaso moral e incluso la condena espiritual. Durante esta experiencia, todos los puntos de referencia, todo lo que es importante y significativo en nuestra vida parece ser despiadadamente destruido.

Inmediatamente después de la experiencia de la aniquilación total –"de tocar fondo cósmico"– somos desbordados por visiones de luz que tienen un brillo y una belleza sobrenaturales y que habitualmente son percibidas como algo sagrado. Esta epifanía divina puede venir acompañada por imágenes de bellos arcos iris, dibujos diáfanos de colas de pavo real y visiones de reinos celestiales con seres angélicos o deidades que aparecen rodeados de luz. Es también el momento en que podemos tener la experiencia de un encuentro profundo con la figura arquetípica de la Gran Diosa Madre o una de sus muchas formas culturales.

La experiencia de la muerte y del renacimiento psicoespiritual constituye un paso fundamental dirigido a debilitar nuestra identificación con el "ego encapsulado en la piel" y volver a conectar con el ámbito de lo trascendente. Entonces nos sentimos redimidos, liberados y bendecidos, y tenemos una nueva toma de conciencia de nuestra naturaleza divina y de nuestro estatus cósmico. Es típico también que experimentemos un fuerte impulso de emo-

ciones positivas hacia nosotros mismos, los demás, la naturaleza, dios y la existencia en general. Estamos llenos de optimismo y tenemos una sensación de bienestar físico y emocional.

Es importante recalcar que esta clase de sanación y la experiencia transformadora de vida suceden cuando las etapas finales del nacimiento biológico siguieron un curso más o menos natural. Si el parto fue muy debilitante o confuso por la utilización de una gran cantidad de anestesia, la experiencia del renacimiento no tiene la cualidad de emergencia triunfal hacia la luz. Es más como un despertar y un recuperarse de una resaca con mareo, náuseas y la conciencia nublada. Tal vez se necesite mucho trabajo psicológico adicional y los resultados positivos sean mucho menos espectaculares.

Los procesos perinatales y el inconsciente colectivo

A partir de lo que he descrito, podemos ver que el ámbito perinatal de la psique supone una encrucijada vivencial de importancia fundamental. No sólo es el punto de encuentro de tres aspectos absolutamente cruciales de la existencia biológica humana –nacimiento, sexo y muerte–, sino también la línea divisoria entre la vida y la muerte, el individuo y la especie, y la psique y el espíritu. La experiencia consciente y plena de los contenidos de este ámbito de la psique, junto con una buena integración subsiguiente, puede tener consecuencias de gran alcance y conducir a la apertura espiritual y a una profunda transformación personal.

Las personas suelen comenzar el proceso de autoexploración vivencial intensiva por razones muy personales, ya sea con objetivos terapéuticos o para su propio crecimiento emocional y espiritual. Sin embargo, ciertos aspectos de las experiencias perinatales sugieren claramente que lo que está sucediendo en ellas es un acontecimiento que, por su significado, trasciende de lejos los intereses limitados de la persona que las atraviesa. La intensidad de

las emociones y de las sensaciones físicas que implican, así como la frecuente identificación con innumerables personas de otras épocas históricas, proporcionan a estas experiencias una cualidad transpersonal muy clara.

El siguiente pasaje de la descripción de una intensa sesión que conllevó un estado holotrópico de conciencia capta bellamente la naturaleza de las experiencias perinatales, su intensidad y el grado en el que enlazan con el inconsciente colectivo de la humanidad (Bache 1997).

> Me pilló por sorpresa lo terriblemente dolorosa que fue aquella sesión. No fue una sesión personal y tenía poco que ver con mi nacimiento biológico. El dolor que estaba experimentando estaba claramente relacionado, en primer lugar, con el nacimiento de la especie y, en segundo lugar, con mi propio nacimiento. Mis límites existenciales se ampliaron hasta incluir toda la raza humana y toda su historia, y este "yo" fuc atrapado cn un horror que soy incapaz de describir con precisión. Era una locura rabiosa, un campo de caos, dolor y destrucción que surgía vertiginosamente como las imágenes de un caleidoscopio. Era como si toda la raza humana se hubiera reunido desde todos los rincones del globo y se hubiera vuelto loca de atar.
>
> La gente se atacaba entre sí con una virulenta ferocidad, aumentada por una tecnología de ciencia ficción. Había muchas corrientes que se cruzaban y entrecruzaban frente a mí, cada una de ellas compuesta por miles de personas, algunas que mataban de muchas formas, otras que estaban siendo matadas, unas que huían llenas de pánico, otras que eran rodeadas; había algunas que veían todo esto y gritaban de terror y otras que eran testigos mudos con el corazón destrozado por una especie que se había vuelto loca; y "yo" era todas sus experiencias. Es imposible describir la magnitud de las muertes y la locura general. El problema es encontrar un marco de referencia y las únicas categorías que tengo disponibles son aproximaciones simplistas que sólo dan una vaga idea de todo esto.

> Esta clase de sufrimiento comprende toda la historia humana. Incluye mundos de horror de la ciencia ficción más salvaje más allá de todo lo imaginable. No sólo incluye a seres humanos, sino también miles de millones de trozos de materia que agonizan en explosiones galácticas. Un horror más allá de todo límite. Es una convulsión de la especie humana, una convulsión de todo el universo. Flotando en medio de todo esto había escenas de sufrimiento trágico causado por la naturaleza y la indiferencia humanas. Miles de niños muriendo de hambre en todo el mundo, con sus cuerpos poseídos por la muerte y sus ojos mirando fijamente sin comprender a la humanidad que les estaba matando por medio de un abuso ecológico sistemático y por culpa de la negligencia humana. Una inmensa cantidad de violencia entre hombres y mujeres –violaciones, palizas, intimidación, venganzas–, ciclos y ciclos de destrucción.

La naturaleza extraordinaria de las experiencias perinatales suscitan algunas cuestiones interesantes e importantes. ¿Cuál es la causa de que en el proceso de profunda introspección alcancemos una fase en la que trascendemos nuestros límites individuales y conectamos con el inconsciente colectivo y la historia de nuestra especie? ¿Por qué esto se halla tan íntimamente conectado con la muerte y con la experiencia de revivir el nacimiento? ¿Cómo y por qué este proceso está tan íntimamente asociado con la sexualidad? ¿Qué papel desempeña la participación frecuente de los elementos arquetípicos en estas experiencias? Y, por último, ¿cuál es la función y el significado de este proceso y cómo se relaciona con la evolución de la espiritualidad y de la conciencia?

Me gustaría referirme aquí al trabajo de Christopher Bache (1996), que ha hecho un intento interesante de clarificar el problema de la presencia del sufrimiento colectivo en el nivel perinatal y el papel del individuo en el despertar espiritual de la especie. Bache ha señalado que la clave para entender los procesos perinatales se halla en el hecho de que su función es la de liberarnos de los límites de la existencia separada no iluminada y

despertarnos a la toma de conciencia de nuestra verdadera naturaleza, de nuestra identidad esencial con el principio creador. Lo mismo que el dios romano Jano, el ámbito perinatal tiene una naturaleza dual. Nos mostrará un rostro muy diferente según el ángulo desde el que miremos: si lo contemplamos desde el punto de vista del ego corporal o de nuestro Yo transpersonal.

Considerado desde la perspectiva personal, el ámbito perinatal parece ser el sótano de nuestro inconsciente individual, un depósito de fragmentos no digeridos de aquellas experiencias que desafiaron más seriamente nuestra supervivencia y nuestra integridad corporal. Desde este ángulo percibimos fundamentalmente el proceso perinatal y la violencia que entraña como una amenaza a nuestra existencia individual. Desde una perspectiva transpersonal, la identificación con el ego corporal parece ser el producto de una ignorancia esencial, una ilusión peligrosa responsable del hecho de que vivamos nuestra vida de una forma insatisfactoria, destructiva y autodestructiva. Una vez que entendemos esta verdad fundamental de la existencia, vemos las experiencias perinatales, a pesar de su naturaleza violenta y dolorosa, como intentos radicales y drásticos, pero también amorosos, de liberarnos espiritualmente mediante la demolición de la prisión de nuestra falsa identidad. No estamos siendo aniquilados, sino que se nos está haciendo nacer a una realidad superior en la que volvemos a conectar con nuestra verdadera naturaleza.

Transformación individual y sanación de la conciencia de la especie

A partir de la práctica de la terapia vivencial sabemos que es posible limpiar de nuestro inconsciente los recuerdos no digeridos de dolor físico y emocional de nuestra primera infancia, nuestra niñez y la vida posterior, reviviéndolos plenamente. Esto, y las experiencias positivas posteriores que se hacen accesibles en este proceso, nos liberan de la influencia distorsionadora de

los traumas del pasado que hacen que nuestra vida diaria sea vivida sin autenticidad y de forma insatisfactoria. Christopher Bache sugiere que las experiencias perinatales pueden desempeñar igualmente un importante papel en la sanación del pasado traumático de la especie humana.

¿No es posible –pregunta– que el recuerdo de la violencia y la insaciable codicia que forma parte de la trama de la historia humana cause perturbaciones en el inconsciente colectivo que contamina el presente de la humanidad? ¿Por qué no podría el impacto sanador ir más allá de la persona individual, cuando nuestra conciencia se expande más allá del ego corporal? ¿Acaso no es concebible que al experimentar el dolor que innumerables generaciones de personas se infligieron entre sí a lo largo de la historia humana estamos en realidad limpiando el inconsciente colectivo y contribuyendo a un futuro planetario mejor?

Los textos espirituales ofrecen grandes ejemplos de sufrimiento individual que tiene una influencia redentora en el mundo. En la tradición cristiana es Jesucristo, que murió en la cruz por los pecados de la humanidad. Esto se refleja vívidamente en el tema mitológico de los "tormentos del infierno" que describe a Jesús, durante el período de tiempo comprendido entre la muerte en la cruz y su resurrección, que desciende al infierno y libera a los pecadores de sus garras por el poder de su sufrimiento y de su sacrificio. La tradición hindú acepta la posibilidad de que los yoguis muy avanzados puedan influir significativamente en la situación del mundo y en los problemas colectivos de la humanidad afrontándolos internamente en meditación profunda, sin tener que abandonar físicamente sus cuevas.

El budismo mahâyâna tiene la hermosa imagen arquetípica del *bodhisattva* que alcanza la iluminación, pero que se niega a entrar en el *nirvâna* y hace el voto sagrado de continuar renaciendo hasta la liberación definitiva de todos los seres vivos. La determinación del *bodhisattva* de aceptar el sufrimiento de la existencia encarnada con el objeto de ayudar a los demás se expresa muy bien en este poderoso voto:

Los seres vivos son numerosos;
hago el voto de salvarlos a todos.
Los errores son inagotables;
hago el voto de acabar con todos ellos.
Las puertas del *dharma* son múltiples;
hago el voto de pasar por todas ellas.
El Buda es el camino supremo;
hago el voto de completarlo.

Morir antes de morir

Muchas personas que han experimentado estados holotrópicos describen el nivel perinatal de la psique como una puerta entre la esfera trascendente y la realidad material, un pasaje que funciona en ambas direcciones. En el momento de nuestro nacimiento biológico, cuando emergemos al mundo material, "morimos" a la dimensión trascendente y, a la inversa, nuestro fallecimiento físico puede verse como un nacimiento al mundo del espíritu.

Sin embargo, el nacimiento espiritual no tiene por qué estar asociado con la muerte del cuerpo. Puede producirse en cualquier momento en el curso de una profunda introspección o incluso durante una crisis psicoespiritual espontánea (caso de urgencia espiritual). Es entonces un acontecimiento puramente simbólico, una "muerte del ego" o "morir antes de morir", que no implica ningún daño biológico. Abraham de Sancta Clara, monje agustino alemán del siglo XVII, lo resumió en una frase cuando escribió: «el hombre que muere antes de morir, no muere cuando muere».

Este "morir antes de morir" ha jugado un papel importante en todas las tradiciones chamánicas. Al atravesar la muerte y el renacimiento en sus crisis iniciáticas, los chamanes pierden el miedo a la muerte y se familiarizan con este territorio existencial, moviéndose cómodamente en él. Como consecuencia, pueden visitar después este dominio cuando y como quieren, y servir de intermediarios a los demás en experiencias similares. En los misterios de la

muerte y del renacimiento, que se hallaban extendidos en la región mediterránea y en otras partes del mundo antiguo, los iniciados experimentaban un profundo enfrentamiento simbólico con la muerte. En este proceso perdían el miedo a la muerte y desarrollaban toda una serie de valores y una estrategia de vida.

La experiencia de muerte y renacimiento psicoespiritual ("segundo nacimiento", "nacimiento del agua y del espíritu", convertirse en un *dvija*) ha desempeñado un papel importante en muchas tradiciones religiosas. Todas las culturas preindustriales atribuyeron un gran significado a estas experiencias, tanto desde la perspectiva personal como colectiva, y desarrollaron formas seguras y eficaces de inducirlas en diversos contextos rituales. La psiquiatría actual considera estas mismas experiencias como fenómenos patológicos y las suprime indiscriminadamente cuando se producen de forma espontánea en algunas personas. Esta desafortunada estrategia ha contribuido significativamente a la pérdida de la espiritualidad en la civilización occidental.

La sexualidad: ¿una forma de liberación o un escollo en el camino espiritual?

La relación sexual revela una inherente ambigüedad similar al nacimiento y a la muerte. Según las circunstancias, puede transmitir profundos estados unitivos o agrandar la separación y la alienación. El que suceda una u otra cosa en cada caso concreto dependerá de las circunstancias y de la actitud de las personas implicadas. Si las personas que tienen una relación sexual no sienten amor ni respeto recíproco y sólo se hallan arrastradas por los impulsos instintivos o por la necesidad de poder y dominación, la sexualidad probablemente intensificará sus sentimientos de separación y alienación. Si la unión sexual se produce entre dos personas maduras que no sólo tienen una buena compatibilidad biológica, sino también una profunda resonancia emocional y una comprensión recíproca, hacer el amor puede tener como re-

sultado una profunda experiencia espiritual. En estas circunstancias pueden trascender sus límites individuales y experimentar sentimientos de unidad recíproca y, al mismo tiempo, tener una sensación de reunión con la fuente cósmica.

Este potencial espiritual de la sexualidad constituye la base de las antiguas prácticas tántricas hindúes. La *pañchamakâra* es una compleja ceremonia tántrica que incluye la ingestión de un preparado ayurvédico de hierbas que tiene propiedades afrodisíacas y psicodélicas. Un procedimiento ritual complejo y muy estilizado ayuda a la pareja a identificarse con los principios arquetípicos de lo femenino y de lo masculino. La ceremonia culmina con una unión sexual siguiendo determinados ritos y mantenida durante un largo período (*maithuna*).

Con un entrenamiento especial, los participantes son capaces de suprimir el orgasmo biológico; entonces la prolongación de la excitación sexual desencadena una experiencia mística. A lo largo de este acontecimiento ritual, los miembros de la pareja trascienden su identidad cotidiana. En plena identificación con los seres arquetípicos *Shiva* y *Shakti*, experimentan un matrimonio sagrado, una unión divina mutua y con la fuente cósmica. En el simbolismo tántrico, diversos aspectos de la sexualidad y de las funciones reproductoras, como la unión genital, el flujo menstrual, el embarazo y el parto no sólo tienen un significado literal biológico, sino que también hacen referencia a diversos niveles superiores del proceso creador cósmico.

Implicaciones prácticas de las comprensiones profundas de la investigación sobre la conciencia en relación con el nacimiento, el sexo y la muerte

Las observaciones descritas en este capítulo tienen importantes implicaciones prácticas. Indican claramente que nuestros cambios de actitud hacia la tríada nacimiento/sexo/muerte y nuestras prácticas relacionadas con ella podrían tener una pro-

funda influencia, no sólo en la calidad de nuestra vida personal, sino también en el futuro de la especie humana y de nuestro planeta. Hemos visto que los recuerdos de existencia prenatal y los primeros acontecimientos postnatales dejan profundas huellas en nuestro inconsciente y ejercen una gran influencia en nuestra vida. Por ello es fundamental que en el futuro hagamos todo lo posible para mejorar las condiciones en que se conciben los niños, se desarrollan como embriones, nacen y son tratados tras el parto.

Esto debería empezar con la educación de las jóvenes generaciones para proporcionarles la información sexual necesaria, sin las irracionales distorsiones morales y religiosas, ni normas, prohibiciones y esperanzas poco realistas. Sin embargo, sería insuficiente brindarles únicamente datos técnicos correctos sobre las funciones de la reproducción. También es esencial que elevemos la imagen del sexo, que normalmente se considera como un asunto puramente biológico y que suele describirse según en sus peores manifestaciones, para considerarlo como una actividad basada en la espiritualidad. Otra tarea importante es poner conciencia en el hecho de que el feto es un ser consciente. Esto aumentaría la responsabilidad respecto a la concepción del bebé y llamaría la atención sobre la importancia del estado emocional y físico de la madre embarazada. También se marcaría una diferencia importante si la educación en el período posterior a la adolescencia pudiera incluir elementos que aumentasen la madurez psicoespiritual para las futuras paternidad y maternidad.

El parto suele activar el propio inconsciente perinatal de la madre, que puede interferir con el proceso del nacimiento, tanto desde el punto emocional como fisiológico. Por ello sería ideal el que las mujeres pudieran hacer su propio trabajo interior en profundidad antes de quedar embarazadas, para eliminar estos elementos potencialmente perturbadores de su propio inconsciente. A continuación debería prestarse una atención especial al parto mismo. Esto incluiría una buena preparación psicológica y técnica al parto, condiciones naturales para el momento del nacimien-

to y un amoroso cuidado postnatal con el adecuado contacto físico entre el bebé y la madre. Existen buenas razones para creer que las circunstancias del nacimiento desempeñan un importante papel en la creación de la predisposición a una futura violencia y a tendencias autodestructivas o, a la inversa, a un comportamiento amoroso y unas relaciones interpersonales sanas.

El tocólogo francés Michel Odent (1995) ha mostrado cómo este *imprinting** perinatal, que tiene la facultad de arrastrar nuestra vida emocional hacia el amor o hacia el odio, puede entenderse a partir de la historia de nuestra especie. El proceso del nacimiento posee dos aspectos diferentes y cada uno de ellos implica hormonas concretas. La actividad estresante de la madre durante el parto mismo se halla asociada principalmente al sistema de las glándulas suprarrenales. Los mecanismos de la adrenalina también desempeñaron un papel importante en la evolución de las especies como intermediarios entre los instintos agresivos y los instintos protectores de la madre en momentos en que el nacimiento solía ocurrir en entornos naturales abiertos. Dichos mecanismos posibilitaban el que las hembras pudieran pasar rápidamente del acto de dar a luz a la lucha o la huida, cuando el ataque de un depredador lo hacía necesario.

La otra tarea asociada al nacimiento, que es igualmente importante desde el punto de vista evolutivo, es la creación del vínculo entre la madre y el recién nacido. Este proceso activa la oxitocina, hormona que induce un comportamiento maternal en los animales y en los seres humanos, y las endorfinas, que refuerzan la dependencia y el apego. La prolactina, hormona que desempeña un papel importante en la lactanza, tiene efectos similares. El entorno ruidoso, caótico y atareado de muchos hospitales provoca ansiedad y desencadena innesariamente los mecanismos de la adrenalina. Transmite y graba la imagen de un mundo potencial-

* Condicionamiento que caracteriza la huella que dejan los padres en el hijo que vive con ellos y que moldea su comportamiento *(N. del T.)*.

mente peligroso. Al igual que el escenario de la selva de los tiempos primordiales, esta situación invoca respuestas agresivas. Por el contrario, un entorno privado, tranquilo y seguro, crea una atmósfera de seguridad que engendra patrones afectivos de relación. La mejora radical de las prácticas del parto podría tener una influencia positiva y de gran alcance en el bienestar emocional y físico de la especie humana y mitigar la locura de su comportamiento, que actualmente amenaza con destruir la misma base de la vida en este planeta.

La historia prenatal y perinatal también tiene implicaciones importantes para nuestra vida espiritual. Como ya hemos visto, la encarnación y el nacimiento representan la separación y la alienación de nuestra verdadera naturaleza, que es Conciencia Absoluta. Las experiencias positivas en el útero y después del nacimiento son los contactos más íntimos con lo Divino que podemos tener durante nuestra vida embrionaria o nuestra primera infancia. El "buen útero" y el "buen pecho" representan así fuentes vivenciales hacia el nivel trascendente. A la inversa, las experiencias negativas y dolorosas que encontramos en el período intrauterino, durante el nacimiento y en el primer período postnatal, nos impulsan aún más al estado de alienación de la fuente divina.

Cuando nuestras experiencias prenatales y postnatales tempranas son predominantemente positivas, tendemos a mantener a lo largo de nuestra vida una conexión natural con la fuente cósmica. Podemos sentir la dimensión divina en la naturaleza y en el cosmos, y somos capaces de disfrutar un alto grado de existencia encarnada. Por el contrario, cuando nuestro desarrollo temprano consistió simplemente en una serie de traumas continuos, la pérdida de conexión con la fuente espiritual puede ser tan completa que nuestra existencia en el mundo material se convierte en un sufrimiento doloroso lleno de tormentos emocionales.

También debo mencionar que a veces un trauma extremadamente grave puede tener como consecuencia una situación en la que la conciencia se separa del cuerpo y es catapultada al domi-

nio transpersonal. Esto puede establecer una ruta de escape que regularmente se utiliza como un mecanismo de defensa en posteriores situaciones problemáticas de la vida. Esta forma de conexión espiritual puede ayudar a protegernos de un dolor excesivo, pero no refuerza la calidad de la vida, puesto que este mecanismo no se halla bien integrado con el resto de la personalidad.

Los cambios sustanciales también son necesarios en nuestra actitud hacia la muerte. Hemos visto que la muerte tiene una representación poderosa e importante en nuestro inconsciente. Sus manifestaciones más profundas son de naturaleza transpersonal y adoptan la forma de figuras arquetípicas coléricas y de registros kármicos de situaciones amenazadoras de la vida procedentes de otras encarnaciones. Los recuerdos de amenazas vitales en el útero, durante el parto y después del parto, suponen otras causas importantes de miedo a la muerte. Para muchos de nosotros, todo esto se ve complementado por recuerdos de traumas graves que sufrimos después en la vida. El espectro amenazador de la muerte que albergamos en nuestro inconsciente interfiere con nuestra existencia cotidiana y hace que nuestra vida no sea auténtica en muchos sentidos. En las sociedades tecnológicas, las reacciones predominantes a esta situación son la negación y la evitación rotundas, que son destructivas en sus consecuencias y autodestructivas en un nivel individual y colectivo.

Es esencial para el futuro de la humanidad que rompamos con esta negación y nos reconciliemos con el problema de la impermanencia y de nuestra mortalidad. Existen métodos antiguos y modernos de introspección profunda que pueden ayudarnos a afrontar el miedo a la muerte, traerlo plenamente a la conciencia y superarlo. Ya hemos visto cómo “morir antes de morir” puede abrirnos los canales a la dimensión trascendente de la existencia e iniciar un viaje que puede más adelante conducir al descubrimiento de nuestra verdadera identidad. En este proceso podemos tener la experiencia de una curación emocional y psicosomática, y nuestra vida se vuelve más satisfactoria y auténtica. Esta profunda transformación psicoespiritual puede elevar nuestra con-

ciencia a un nivel totalmente diferente y hacer que nuestra vida sea menos complicada y más gratificante.

Es importante ser consciente de la existencia y de la naturaleza de este proceso, y ofrecer guía y apoyo a las personas que lo atraviesan sin haberlo buscado en situaciones cercanas a la muerte o en crisis psicoespirituales espontáneas (casos de urgencia espiritual). Otro paso importante es poder hacer ampliamente accesibles los diversos métodos antiguos y modernos de introspección profunda que permiten atravesar deliberadamente este proceso. Las sociedades preindustriales y antiguas poseían determinados procedimientos en forma de ritos de paso y misterios de muerte y renacimiento que estaban específicamente diseñados para este propósito. Gracias al antiguo conocimiento que en las últimas décadas ha sido redescubierto por la investigación sobre la conciencia, la psicología transpersonal y la tanatología, tenemos ahora la posibilidad de aumentar sustancialmente la cualidad emocional de nuestra vida, así como de nuestra muerte.

Las personas que han afrontado experimentalmente durante su vida el nacimiento y la muerte, y que han conectado con la dimensión transpersonal, tienen buenas razones para creer que su fallecimiento físico no significará el final de la existencia. Han experimentado personalmente y de una forma muy convincente que su conciencia trasciende los límites de su cuerpo físico y que es capaz de funcionar con independencia del mismo. Como consecuencia, tienden a ver la muerte como una transición a un estado diferente de existencia y como una aventura de la conciencia que inspira respeto en lugar de verla como una derrota y una aniquilación finales. Naturalmente, esta actitud puede cambiar sustancialmente en sí misma el enfoque de la muerte y la experiencia del morir. Por añadidura, las personas que han emprendido una introspección profunda tienen la oportunidad de reconciliarse gradualmente con muchos aspectos dolorosos de su inconsciente a los que, de otro modo, todos tendremos que enfrentarnos en el período final de nuestra vida.

Las comprensiones profundas procedentes del trabajo con los

estados holotrópicos también tienen importantes implicaciones para la forma en que abordamos en la práctica las fases finales de la vida, tanto las nuestras como las de los demás. Cuando creemos que la dimensión crítica de nuestra existencia es la conciencia y no la materia, empezamos a interesarnos por la naturaleza y calidad de nuestra experiencia de morir y de la muerte en lugar de centrarnos a toda costa en la prolongación mecánica de la vida. En el trabajo con otras personas que están a punto de morir, pondremos el énfasis en la calidad de la comunicación y ofreceremos un apoyo psicoespiritual significativo. Así podremos complementar, y en algunos casos sustituir, la brujería tecnológica de la medicina moderna por una atención y cariño auténticamente humanos. Si la información transmitida por el *Bardo Thôdol*, el *Libro tibetano de los muertos*, es correcta, la forma en que abordamos la muerte y su experiencia tiene una importancia fundamental. Si estamos adecuadamente preparados, estos momentos constituyen una oportunidad única para lograr una liberación espiritual instantánea.

Según las enseñanzas tibetanas, incluso aunque no lo logremos, la calidad que tenga nuestra preparación para la muerte, o su ausencia, determinarán la naturaleza de nuestro próximo renacimiento.

8. EL MISTERIO DEL *KARMA* Y DE LA REENCARNACIÓN

> Pues yo he sido a veces niño y niña, matorral y pájaro, y un pez mudo en las olas saladas.
>
> EMPÉDOCLES

> Si un asiático me pidiese que le diese una definición de Europa, me vería forzado a responderle: es esa parte del mundo obsesionada por el increíble error de que el hombre fue creado de la nada y que su nacimiento actual constituye la primera entrada en la vida.
>
> ARTHUR SCHOPENHAUER, *Parerga y Paralipómena*

Una perspectiva transcultural de la reencarnación

Según la ciencia materialista occidental, nuestra vida se halla limitada al período comprendido entre nuestra concepción y nuestra muerte biológica. Este postulado es una consecuencia lógica de la convicción de que somos esencialmente nuestros cuerpos. Puesto que el cuerpo perece y se descompone en el momento de la muerte biológica, parece obvio que en este punto deja de existir. Este punto de vista se halla en conflicto con las creencias de todas las grandes religiones y sistemas espirituales de las cul-

turas antiguas y preindustriales, que han considerado siempre la muerte como un tránsito importante, en lugar de verla como el término final de cualquier forma de existencia. La mayoría de los científicos occidentales menosprecian, o incluso ridiculizan, la creencia de que nuestra existencia pueda continuar más allá de la muerte. Atribuyen esta idea a una falta de cultura, a pura superstición o a un deseo primitivo de las personas que son incapaces de afrontar y aceptar la cruda realidad de la impermanencia y de la muerte.

En las sociedades preindustriales, la creencia en la vida después de la muerte no se limita a una vaga idea de que también puede haber un Más Allá. Las mitologías de muchas culturas ofrecen descripciones muy concretas de lo que sucede después de la muerte. Proporcionan complejos mapas del viaje póstumo del alma y describen diversas moradas –cielos, paraísos e infiernos– que albergan seres desencarnados. De particular interés es la creencia en la reencarnación, según la cual las unidades individuales de conciencia continúan rctornando a la tierra y encadenándose a sucesivas existencias encarnadas. Algunos sistemas espirituales combinan la creencia en la reencarnación con la ley del *karma*, que sugiere que los méritos y las malas obras de las vidas anteriores determinan la cualidad de las encarnaciones sucesivas. Diversas formas de creencia en la reencarnación se han expandido ampliamente en el espacio geográfico y a lo largo de la historia, además de desarrollarse a menudo con total independencia entre sí y en culturas separadas por muchos siglos y miles de kilómetros.

Los conccptos de reencarnación y *karma* constituyen la piedra angular de muchas religiones de Asia: hinduismo, budismo, jainismo, sikhismo, zoroastrismo, vajrayâna tibetano, sintoísmo japonés y taoísmo chino. Ideas similares pueden encontrarse en grupos histórica, geográfica y culturalmente tan diversos como muchas tribus africanas, indios americanos, culturas precolombinas, kahunas polinesios, practicantes de la *umbanda* brasileña, los galeses y los druidas. En la antigua Grecia, diferentes escue-

las de pensamiento muy importantes suscribieron esta doctrina; entre otras, los pitagóricos, los órficos y los platónicos. El concepto de la reencarnación fue adoptado por los esenios, los fariseos, los karaítas y otros grupos judíos y semijudíos. También fue una parte importante de la teología cabalística de los judíos medievales. Esta lista no sería completa sin mencionar a los neoplatónicos y a los gnósticos y, en la época contemporánea, a los teósofos, a los antropósofos y a algunos espiritistas.

Aunque la creencia en la reencarnación no forma parte del cristianismo moderno, conceptos similares existieron entre los cristianos primitivos. Según san Jerónimo (340-420), a la reencarnación se le dio una interpretación esotérica que fue comunicada a una élite selecta. Parece que la creencia en la reencarnación era parte del cristianismo gnóstico, que se conoció mejor a partir de los pergaminos descubiertos en 1945 en Nag Hammadi. En el texto gnóstico llamado *Sabiduría de la fe* o *Pistis Sophia* (1921) Jesús enseña a sus discípulos cómo las faltas de una vida se transfieren a otra. Así, por ejemplo, la persona que maldice a los demás tendrá en su nueva vida «continuos problemas de corazón», mientras que los arrogantes y las personas inmoderadas podrían renacer en un cuerpo deforme y ser menospreciados por los demás.

El más famoso pensador cristiano que especula sobre la preexistencia de las almas y los ciclos de los mundos fue Orígenes (186-253), uno de los mayores Padres de la Iglesia de todos los tiempos. En sus escritos, particularmente en el libro *De principiis*, o *De los primeros principios*, expresó su opinión de que algunos pasajes de las Escrituras sólo podían explicarse a la luz de la reencarnación. Sus enseñanzas fueron condenadas por el Segundo Concilio de Constantinopla convocado por el emperador Justiniano en el año 553, y se convirtió en una doctrina herética. El veredicto sentenciaba: «si alguien afirmara la imaginaria preexistencia de las almas y se adhiriese a la monstruosa doctrina que se deriva de ella, ¡sea anatema!». Sin embargo, algunos eruditos creen que pueden detectar huellas de estas enseñanzas en los escritos de san Agustín, san Gregorio e incluso san Francisco de Asís.

¿Cómo explicar que tantos grupos culturales a lo largo de la historia hayan mantenido esta creencia extraordinaria y que hayan formulado complejos sistemas teóricos para describirla? ¿Cómo es posible que todos estuvieran de acuerdo sobre un tema que es ajeno a la civilización industrial occidental y que es considerado completamente absurdo por la ciencia materialista occidental? La explicación habitual es que estas diferencias reflejan nuestra superioridad en la comprensión científica del universo y de la naturaleza humana. Sin embargo, un examen más detallado revela que la razón real de esta diferencia es la tendencia de los científicos occidentales a adherirse a su sistema de creencias y a ignorar, censurar o distorsionar todas las observaciones que entren en conflicto con él. Más concretamente, esta actitud refleja la resistencia de los psicólogos y psiquiatras occidentales a prestar atención a las experiencias y observaciones procedentes de los estados holotrópicos de conciencia.

Pruebas empíricas de la reencarnación

El concepto de reencarnación y *karma* no es una "creencia" en el sentido habitual de la palabra, es decir, una posición teórica y emocional sin fundamento y arbitraria que no está apoyada por los hechos. Para los hindúes, budistas, taoístas y otros grupos para los que constituye una parte importante de su religión, la reencarnación no es un asunto de creencia. Es un tema eminentemente empírico, basado en experiencias y observaciones muy concretas. Esto es igualmente así para los investigadores occidentales de la conciencia informados y sin prejuicios. No son ingenuos, ignorantes ni desconocedores de la posición filosófica y de la visión del mundo de la ciencia materialista, como a sus críticos les gusta describirles.

Muchos de estos investigadores tienen una buena formación académica y poseen impresionantes credenciales. La razón de su postura consiste en que han hecho algunas observaciones impor-

tantes sobre la reencarnación para las que su entrenamiento académico carecía de explicaciones adecuadas. En muchos casos también tuvieron extraordinarias experiencias personales que no pueden desecharse fácilmente. Según Christopher Bache, investigador que ha revisado extensamente los textos que tratan de la reencarnación y que ha encontrado experiencias de vidas pasadas en su propia investigación interna, las pruebas en este campo son tan ricas y extraordinarias que los científicos que no piensan que el problema de la reencarnación merece un estudio serio, o bien no están informados o son estúpidos (Christopher Bache 1990).

Echemos una rápida ojeada a las pruebas existentes que deberían conocerse antes de emitir ningún juicio respecto a la reencarnación. La naturaleza de estas pruebas se describe en lenguaje mitológico en un pasaje escrito por Sholem Ash (1967), un especialista jasídico del siglo XX: «Una característica necesaria de nuestra existencia no es el poder de recordar, sino lo contrario, el poder de olvidar. Si la sabiduría popular sobre la transmigración de las almas es una sabiduría verdadera, entonces esas almas deben pasar a través del mar del olvido en el período comprendido entre su intercambio de cuerpos. Según el punto de vista judío, llevamos a cabo la transición bajo la supervisión del Ángel del Olvido. Pero a veces ocurre que éste se olvida de despojarnos de los recuerdos registrados del mundo anterior; entonces nuestros sentidos son acosados por recuerdos fragmentados de la otra vida. Éstos van a la deriva como nubes desgarradas sobre las colinas y los valles de la mente y se entremezclan con los incidentes de nuestra existencia actual».

Los investigadores actuales han recogido una gran cantidad de observaciones que dejan entrever esta retirada parcial del velo del olvido del que habla Sholem Ash. Muchos de ellos estudiaron y describieron vívidas experiencias de la vida pasada que se producen espontáneamente en la vida cotidiana o en el transcurso de diversas sesiones terapéuticas que han conducido a estados holotrópicos de conciencia. Otros han recogido información adicional sobre la reencarnación guiando a algunas personas hacia zo-

nas concretas de su psique mediante la hipnosis o alguna otra técnica. También se han llevado a cabo interesantes intentos de verificar experimentalmente la autenticidad de dichas experiencias guiadas de la vida pasada (Wambach 1979). Por último, existen algunos datos sorprendentes procedentes de la tradición espiritual tibetana que proporcionan válidas comprensiones internas en este campo, pero desde otro ángulo.

Los niños recuerdan vidas pasadas

Entre los fenómenos más interesantes relacionados con el problema de la reencarnación se hallan las experiencias espontáneas de vidas pasadas de los niños. Informes de muchos y diferentes países del mundo indican que, de vez en cuando, los niños pequeños recuerdan y describen su vida anterior en otro cuerpo, en otro lugar y en otra época, y con otras personas. Estos recuerdos pueden provocar muchos problemas en la vida de estos niños y de sus padres. A menudo están asociados con diversas secuelas patológicas como fobias, idiosincrasias* inhabituales y extrañas reacciones a determinadas personas, lugares y situaciones. Existen informes de psiquiatras infantiles que han tratado y descrito casos de este tipo. El acceso a estos recuerdos suele aparecer hacia la edad de tres años y desaparece gradualmente entre los cinco y los ocho años de edad.

Ian Stevenson, profesor de psicología de la Universidad de Virginia en Charlottesville, ha llevado a cabo estudios meticulosos de más de 3.000 de estos casos y ha dado cuenta de ellos en sus libros (Stevenson 1966, 1984, 1987). Los casos de Stevenson no procedían sólo de culturas "primitivas" y "exóticas" que tenían una creencia apriorística en la reencarnación, sino también de países occidentales, incluidos la Gran Bretaña y los Es-

* Fenómeno reactivo del organismo ante determinadas sustancias, sin sensibilización previa como en el caso de las alergias *(N. del T.)*.

tados Unidos. Por ser un investigador prudente y conservador, Stevenson sólo dio cuenta de varios centenares de estos casos, ya que muchos de ellos no cumplían los estrictos requisitos que él había establecido para su investigación. Sólo incluyó los casos que mostraban una mayor evidencia científica. Stevenson eliminó muchas de las informaciones, porque la familia obtenía un beneficio económico de sus hijos por su prestigio social o la atención pública recibida. Otras razones de no incluir ciertos casos fueron la existencia de testimonios incoherentes, de falsa memoria (criptomnesia), de testigos de carácter cuestionable o la existencia de indicios de fraude.

Los hallazgos de la investigación de Stevenson son extraordinarios. Aunque en todos los casos mencionados eliminó la posibilidad de que estos niños hubieran podido obtener la información a través de canales convencionales, fue capaz de confirmar sus historias, que con frecuencia contenían detalles increíbles. En algunos casos llevó en realidad a los niños al pueblo o ciudad que habían recordado de su vida anterior. Aunque nunca habían estado allí en su vida actual, conocían la topografía del pueblo y eran capaces de encontrar la casa en la que se suponía que habían vivido. Incluso reconocieron a los miembros de su "familia" y a los habitantes del pueblo por sus propios nombres. Posiblemente las pruebas más consistentes en apoyo de la hipótesis de la reencarnación fueron la incidencia de sorprendentes marcas de nacimiento que reflejaban concretamente heridas de otros acontecimientos de la vida recordada; esto pudo ser confirmado por una investigación independiente (Stevenson, 1997).

Los recuerdos de vidas pasadas en los adultos

Revivir espontánea y vívidamente recuerdos de vidas pasadas en los adultos se produce con más frecuencia durante episodios de crisis psicoespirituales (casos de urgencia espiritual). Sin embargo, en medio de las circunstancias de la vida cotidiana tam-

bién pueden producirse recuerdos de mayor o menor precisión en estados de conciencia más o menos ordinarios. La mayoría de los psiquiatras son conscientes de la existencia de vidas pasadas, pero las tratan de forma rutinaria como indicaciones de una grave psicopatología, normalmente prescribiendo medicación farmacológica supresiva. Las teorías dominantes sobre la personalidad de la psicología contemporánea están firmemente ancladas en el paradigma materialista y, por tanto, suscriben naturalmente el punto de vista de la existencia de un único reloj biológico.

Las experiencias de vidas pasadas pueden ser facilitadas por una amplia gama de técnicas que permiten el acceso a profundos niveles de la psique, como la meditación, la hipnosis, el uso de sustancias psicodélicas o introducirse en una cámara de aislamiento sensorial. Pueden surgir durante un trabajo corporal y en sesiones de psicoterapia vivencial, por ejemplo en el trascurso de una sesión de renacimiento, de respiración holotrópica o de terapia primal. He oído de muchos casos en los que episodios de vidas pasadas aparecieron sin pretenderlo en sesiones con terapeutas que tenían un marco teórico muy convencional y que no creían en la reencarnación, o incluso que se oponían enérgicamente a este concepto. La emergencia de asuntos kármicos también es completamente independiente del sistema filosófico y religioso de creencias previo de quien tiene la experiencia.

En una experiencia completamente desarrollada de vidas pasadas, nos encontramos inmersos en una situación emocionalmente muy cargada que sucede en otro período histórico y en otro lugar. Nuestro sentido de identidad personal se mantiene, pero se vive en relación con otra persona, otra época y otro lugar. A menudo estas experiencias implican a otras personas con las que hemos tenido una intensa relación en esta vida. La cualidad emocional de estos episodios suele ser muy negativa. A veces, éstos conllevan dolor físico, ansiedad al borde del pánico, profunda tristeza o sentimientos de culpa. En otras ocasiones se trata de un odio devorador, una cólera asesina o unos celos irracionales. Sin embargo, en muchos casos, estas secuencias pueden reflejar

felicidad y una gran plenitud emocional o describen apasionadas aventuras amorosas, fieles amistades o relaciones espirituales. El aspecto más característico de las experiencias de vidas pasadas es una convicción profundamente sentida de que la situación que estamos afrontando no es nueva. Recordamos claramente que ya nos ha sucedido, que realmente fuimos ya alguna vez esa otra persona en una de nuestras vidas previas. Esta sensación de revivir algo que ya se ha visto (*dèjá vu*) o experimentado antes (*dèjá vécu*) en una encarnación previa es muy básica y no puede seguirse analizando. Es comparable a la capacidad de distinguir en la vida cotidiana nuestros recuerdos de acontecimientos que en realidad sucedieron en nuestros sueños o en nuestras ensoñaciones y fantasías. Sería difícil convencer a una persona que nos está relatando un recuerdo de algo que sucedió la semana anterior, de que el acontecimiento no sucedió en realidad y de que simplemente lo está imaginando. Los recuerdos de encarnaciones anteriores tienen una cualidad subjetiva similar de autenticidad y realidad.

Rasgos singulares de los fenómenos de vidas pasadas

Las experiencias de vidas pasadas poseen algunas características extraordinarias que merecen una profunda atención de los investigadores dedicados a la conciencia y a la psique humanas. Considerados en su conjunto, estos rasgos no dejan lugar a dudas de que la secuencias kármicas constituyen fenómenos únicos y *sui generis*, y no simplemente fantasías o productos de una imaginación patológica. Las experiencias de vidas pasadas se producen en el mismo espacio-tiempo junto con los recuerdos exactos de la adolescencia, la niñez, la primera infancia, el nacimiento y la existencia intrauterina, fenómenos que a menudo pueden ser verificados con garantías de confiabilidad. A veces aparecen simultánea o alternativamente junto con material biográfico de nuestra vida actual (Grof 1998, 1992).

Otro rasgo interesante de las experiencias de vidas pasadas es que con frecuencia están íntimamente conectadas con temas y circunstancias importantes de nuestra vida actual. Cuando las secuencias kármicas emergen plenamente a la conciencia, ya sea espontáneamente o en el contexto de una profunda psicoterapia vivencial, pueden proporcionar profundas comprensiones iluminadoras de aspectos de nuestra existencia cotidiana que antes eran incomprensibles y desconcertantes. Esto incluye una amplia variedad de problemas emocionales, psicosomáticos e interpersonales para los que las formas convencionales de psicoterapia no pudieron proporcionar ninguna explicación.

Las experiencias de los recuerdos de vidas pasadas suelen proporcionar algo más que una simple comprensión de estos temas. Frecuentemente, estos procesos pueden tener como consecuencia un alivio o una completa desaparición de diversos síntomas enfermizos, como fobias diversas, dolores psicosomáticos o asma. También pueden jugar un papel decisivo para sanar las relaciones problemáticas con otras personas. Así las experiencias de vidas pasadas pueden contribuir significativamente a la comprensión de la psicopatología y desempeñar un papel esencial en el éxito de una terapia. Los terapeutas que se niegan a trabajar con estas experiencias por su rechazo al contexto de la reencarnación están privando a sus pacientes de un mecanismo terapéutico muy eficaz.

Las personas que tienen la experiencia de fenómenos kármicos obtienen frecuentemente profundas comprensiones muy exactas del tiempo y de la cultura en cuestión, en lo que se refiere a la estructura social, las creencias, los rituales, las costumbres, la arquitectura, los trajes, las armas y otros aspectos de la vida. En muchos casos, la naturaleza y cualidad de esta información hace improbable que estas personas puedan haberlas adquirido por medio de canales ordinarios. Algunas veces, las experiencias de vidas pasadas proporcionan información sobre acontecimientos históricos concretos.

La verificación de los recuerdos de vidas pasadas

Los criterios para verificar los recuerdos de vidas pasadas son los mismos que los que utilizamos para revivir acontecimientos de la primera infancia y la niñez de nuestra vida actual. Intentamos obtener el máximo de detalles posibles de los recuerdos recuperados y después buscamos pruebas independientes que corroboren o refuten su contenido. Por desgracia, en muchas experiencias de vidas pasadas, esta información no es lo bastante concreta para permitir una verificación independiente. En otras ocasiones, la cualidad de la información es adecuada, pero es imposible encontrar fuentes históricas suficientemente concretas y detalladas que permitan el procedimiento de verificación. La mayoría de los recuerdos de vidas pasadas en adultos no permiten el mismo grado de verificación que los recuerdos espontáneos de los niños investigados por Stevenson. Para apreciar el reto que supone este empeño, es importante considerar que incluso nuestros recuerdos de esta vida no siempre permiten efectuar fácilmente una verificación objetiva. Los psicoterapeutas son muy conscientes de los problemas que suscitan los intentos de valorar la veracidad de los recuerdos de la primera infancia y de la niñez recuperados en una terapia verbal o de regresión. Naturalmente, el trabajo de comprobar experiencias de vidas pasadas es incomparablemente más difícil que los esfuerzos similares sobre datos de la vida presente. Incluso aunque estas experiencias contengan detalles muy concretos, lo que no es siempre el caso, es incomparablemente más difícil llegar a tener una evidencia objetiva, puesto que los datos son mucho más antiguos y frecuentemente conciernen a otros países y culturas.

A pesar de todas estas dificultades, en algunos casos muy raros cumplen todos los criterios necesarios. El resultado de una investigación independiente de este tipo puede ser verdaderamente extraordinario. A lo largo de los años he sido capaz de hacer en mi trabajo varias observaciones en las que el contenido de las experiencias de vidas pasadas pudo ser comprobado con un detalle

asombroso. En ninguno de estos casos he sido capaz de encontrar una explicación natural a los fenómenos que surgieron. No tengo ninguna duda en mi mente de que la información transmitida por estas experiencias llegó por canales extrasensoriales. También he oído historias similares de otros investigadores.

En mis publicaciones anteriores (Grof 1975, 1988) he descrito dos casos de este tipo. En el primero se trataba de una paciente neurótica que seguía una terapia psicodélica. En cuatro sesiones consecutivas vivió muchos episodios de la vida de un noble checo del siglo XII. Este hombre había sido públicamente ejecutado en la Plaza de la Ciudad Vieja de Praga junto con otros veintiséis aristócratas prominentes. Esta ejecución pública se enmarcaba dentro del esfuerzo de los Habsburgo para quebrantar la moral de los checos después de haber derrotado a su rey en la batalla de la Montaña Blanca. En este caso, el padre de la paciente llevó a cabo sin que ella lo supiera una investigación independiente sobre el árbol genealógico de la familia, que confirmó que eran descendientes de uno de aquellos desventurados hombres.

El segundo caso era el de un hombre que, en una sesión de terapia primal y después en sesiones de respiración holotrópica durante nuestro seminario de un mes de duración en el Instituto Esalen, revivió algunos episodios de la guerra entre Inglaterra y España en el siglo XVI. Estos episodios giraban alrededor de una matanza de soldados españoles llevada a cabo por los británicos en la fortaleza asediada de Dunanoir, en la costa occidental de Irlanda. Durante estas sesiones, él se vio como uno de los sacerdotes que acompañaba a estos soldados y a quien también mataban junto a ellos. En un determinado momento vio en su mano un anillo que tenía un sello con iniciales grabadas y las dibujó.

En su posterior investigación histórica fue capaz de confirmar la veracidad de todo este episodio del que previamente lo ignoraba todo. Uno de los documentos que encontró en los archivos históricos le dio el nombre del sacerdote que había acompañado a los soldados españoles en su expedición militar. Para su sorpresa y la nuestra, las iniciales de este nombre eran idénticas a las

que estaban inscritas en el anillo que había visto en su sesión y que había dibujado con todo detalle.

Un aspecto sorprendente de las experiencias de vidas pasadas es su frecuente asociación con sincronías extraordinarias con otras personas y situaciones. Los protagonistas de nuestros recuerdos de vidas pasadas suelen ser personas que tienen una importancia en nuestra vida actual, como padres, hijos o superiores jerárquicos. Parece tener sentido que la experiencia intensa de una vida pasada pueda producir cambios espectaculares en nuestros propios sentimientos y en nuestra conducta hacia la persona que desempeñaba un papel importante en nuestro escenario kármico. Sin embargo, en estas experiencias también suelen darse vínculos sincrónicos, inexplicables y misteriosos, con cambios concretos en las vidas de otras personas a las que hemos identificado como protagonistas de nuestros recuerdos de vidas pasadas. Estas personas podrían estar a cientos o miles de kilómetros de distancia del lugar en que ocurre la experiencia y no tener conocimiento alguno de lo que sucede. A pesar de ello pueden experimentar por su parte, y exactamente en el mismo momento, un espectacular cambio complementario en sus sentimientos y actitud hacia nosotros.

El triángulo kármico

Utilizaré un ejemplo de mi propia vida para ilustrar este singular fenómeno. Durante muchos años he observado una multitud de sucesos similares que implican a otras personas. El episodio que voy a describir sucedió poco después de mi llegada a los Estados Unidos. Cuando emigré a este país en 1967 se produjeron cambios radicales en mi entorno personal, profesional, político y cultural. Yo llegué a Baltimore con unos 25 kilos de equipaje. Aproximadamente la mitad de mi equipaje era la documentación de mi investigación psicodélica en Praga, y el resto eran mis pertenencias personales. Esto es todo lo que quedaba

de mi antigua vida en Europa. Para mí era un nuevo comienzo a todos los niveles imaginables. Aunque estaba muy contento de mi equipo de colegas profesionales en Spring Grove, que era muy inspirador, así como con la libertad de expresión que nunca había soñado y con todas las novedades que descubría en el mundo que me rodeaba, no lograba crear un vida personal satisfactoria.

Todas las mujeres de mi esfera social, con la cdad adccuada para mí y que compartían mis mismos intereses, parecían estar casadas o comprometidas de algún modo. Era una situación frustrante, puesto que yo estaba en una etapa de la vida en la que sentía una profunda necesidad de tener una pareja. Mis amigos y colegas en Spring Grove parecían incluso más preocupados que yo mismo por aquella situación y se esforzaban por remediarla. Siempre estaban buscando posible parejas para mí y me invitaban una y otra vez a diversos acontecimientos sociales. Todo ello tenía como resultado situaciones un poco frustrantes, y a veces muy extrañas, que no llevaban a ningún lado. Sin embargo, esta situación cambió repentinamente de una forma radical e inesperada.

Una difícil relación de un colega terapeuta llamado Seymour, se había roto abruptamente y mis amigos invitaron a su exnovia Mónica a cenar. Cuando nos encontramos Mónica y yo por primera vez, inmediatamente sentí una fuerte atracción por ella y tuve una sensación de profunda conexión instantánea. No fue difícil para mí enamorarme de ella. Era soltera, guapa, brillante y, como yo, de origen europeo. Su extraordinario encanto, ingenio y facilidad de palabra la hacía rápidamente el centro de atención de cualquier fiesta a la que asistía. En muy poco tiempo me vi tan atraído por aquella relación que me sentía incapaz de ser objetivo y realista respecto a la misma. Yo no veía ningún problema en el hecho de que Mónica fuera bastante más joven que yo. Incluso decidí ignorar el dato de que su infancia había sido extremadamente traumática y una biografía de relaciones tumultuosas que yo debería haber considerado normalmente como signos graves de precaución. Fui capaz de tranquilizarme a mí mismo

diciéndome que todo aquello no era más que minucias y que no era nada que no pudiéramos trabajar juntos. Si hubiera podido hacer un análisis racional y frío en estas circunstancias, habría reconocido que había encontrado lo que C. G. Jung llamaba una *figura anima*. Mónica y yo empezamos a citarnos y mantuvimos una relación apasionada y extraordinariamente tormentosa.

Los estados de ánimo y la conducta de Mónica parecían cambiar de un día a otro, o incluso de una hora a otra. Oleadas de un intenso afecto hacia mí alternaban con momentos de distancia emocional, evasividad y retiradas. La situación parecía complicarse aún más por dos circunstancias no habituales. Desde mi llegada a Baltimore, yo vivía en un apartamento que había sido previamente alquilado por Seymour, el exnovio de Mónica, y en donde Mónica solía visitarle. Ahora estaba acudiendo al mismo apartamento para ver a un hombre diferente. Por añadidura, el hermano de Mónica, Wolfgang, me había odiado desde el primer momento en que nos encontramos. Él y Mónica habían mantenido una relación extraordinariamente intensa que parecía tener claros rasgos incestuosos. Wolfgang se oponía violentamente a mi relación con Mónica y me trataba como un rival.

Yo me esforzaba para que la relación funcionase, pero nada de lo que hacía tenía ninguna influencia en la loca carrera que parecíamos haber emprendido juntos en una especie de tobogán. Tenía la sensación de estar expuesto alternativamente a duchas frías y calientes. Yo encontraba todo aquello muy frustrante, pero, por otro lado, mi atracción por Mónica tenía una magnífica calidad que hacía que fuera incapaz de poner fin a aquella relación confusa e insatisfactoria.

Necesitaba desesperadamente alguna comprensión profunda para la desconcertante dinámica en la que estaba atrapado. Nuestro instituto tenía un programa que ofrecía a los profesionales de la salud mental la oportunidad de participar en tres sesiones psicodélicas y los miembros de nuestro equipo terapéutico teníamos la posibilidad de participar en él. En un intento de alcanzar algún tipo de claridad en mi relación con Mónica, solicité una sesión de

LSD, justo cuando nuestras dificultades estaban alcanzando su punto álgido. Lo que sigue es un pasaje de esta sesión, que describe mi primera introducción al mundo de las experiencias de vidas pasadas y a la ley del *karma*:

> En medio de esta sesión, de repente tuve la visión de una roca oscura de forma irregular, que tenía el aspecto de un meteorito gigante y que parecía muy antigua. El cielo se abrió y un rayo de una gran intensidad cayó sobre ella, grabando a fuego sobre su superficie misteriosos símbolos arcanos. Una vez que estos extraños jeroglíficos quedaron grabados en la roca, continuaron quemándose y emitiendo una luz incandescente y cegadora. Aunque yo era incapaz de descifrar los jeroglíficos y de leerlos, sentía que eran sagrados y que de algún modo podía entender el mensaje que estaban transmitiendo. Me revelaban que yo había tenido una larga serie de vidas anteriores a ésta y que, según la ley del *karma*, era responsable de mis acciones en aquellas vidas, aunque no pudiera recordarlas.
>
> Intenté rechazar la responsabilidad de cosas que no recordaba, pero no era capaz de resistirme a la enorme presión psicológica que me forzaba a rendirme. Al fin, tuve que aceptar lo que con toda claridad era una antigua ley universal frente a la que no existía ningún recurso. Después de haberme rendido, me encontré con Mónica en mis brazos, exactamente lo mismo que recordaba haberla tenido la semana anterior. Ibamos por el aire a través de una especie de foso arquetípico e inmenso y descendíamos lentamente por una gran espiral. Instintivamente sentí que se trataba del Abismo de las Eras y que estábamos retrocediendo en el tiempo.
>
> El descenso duró indefinidamente y parecía que nunca iba a acabar. Al final alcanzamos el fondo del foso. Mónica desapareció de mis brazos y me encontré caminando en la sala de un antiguo palacio egipcio, vestido con ropajes muy lujosos. Alrededor de mí, todas las paredes tenían esculpidos bellos relieves y jeroglíficos. Podía entender su sentido, lo mismo que entendía los mensajes de los anuncios luminosos en Baltimore. Al otro

lado de la gran sala vi a un personaje que se acercaba lentamente. Supe que era el hijo de una familia aristocrática egipcia y que el hombre que se me acercaba era mi hermano en aquella vida. Cuando el personaje se acercó, reconocí a Wolfgang. Se detuvo a unos dos metros de mí y me miró con un inmenso odio. Me di cuenta de que en aquella encarnación, Wolfgang, Mónica y yo éramos hermanos. Yo era el hermano mayor y, como tal, me había casado con Mónica y recibido otros muchos privilegios que ese estatus llevaba aparejados. Wolfgang se sentía desposeído, era devorado por unos celos torturantes y sentía hacia mí un intenso odio. Con toda claridad vi que aquella era la base de un patrón kármico destructivo que se repetía a lo largo de los tiempos con muchas variantes.

Me mantuve en la sala frente a Wolfgang y sintiendo su profundo odio hacia mí. Con la intención de resolver aquella dolorosa situación, intenté enviarle un mensaje telepático: «Ignoro la forma que tengo y cómo he llegado aquí. Soy un viajero del tiempo del siglo XX y he tomado una poderosa droga que altera la mente. Soy muy infeliz por la tensión que existe entre nosotros y quiero hacer algo para resolverla». Extendí mis brazos en una posición de apertura y le envié el siguiente mensaje: «Aquí estoy, ¡esto es todo lo que tengo! ¡Por favor, haz lo que necesites hacer para que ambos nos liberemos de este vínculo!, ¡para que ambos quedemos libres!».

A Wolfgang pareció animarle mi oferta y la aceptó. Su odio parecía adoptar la forma de dos intensos rayos de energía que, como si fueran rayos láser de gran potencia, me quemaban el cuerpo y me producían un enorme dolor. Después de lo que me pareció una eternidad de atroz tortura, los rayos perdieron gradualmente su poder hasta desvanecerse por completo. Cuando Wolfgang y la sala desaparecieron, me encontré con Mónica de nuevo en mis brazos.

Esta vez estábamos ascendiendo a través del mismo Abismo de las Eras, avanzando en el tiempo. Las paredes de aquel foso arquetípico se abrieron transformándose en escenas de diferen-

tes períodos históricos, que mostraban a Mónica, a Wolfgang y a mí mismo en muchas vidas anteriores. Todas ellas describían situaciones triangulares muy difíciles y destructivas, en las que nos hacíamos mucho daño mutuo. Parecía que un fuerte viento, una especie de "huracán kármico", estaba soplando a lo largo de los siglos para disipar el dolor de aquellas situaciones y liberarnos de aquel doloroso vínculo fatal.

Cuando acabó toda esta secuencia y regresé plenamente al presente, me encontraba en un estado de indescriptible felicidad y de arrebato extático. Sentía que aunque no lograra nada más el resto de mis días, mi vida habría sido productiva y lograda. ¡La resolución y la liberación de un poderoso patrón kármico parecía un logro suficiente para toda una vida!

La presencia de Mónica en mi vivencia había sido tan intensa que estaba convencido de que ella también tenía que haber sentido el impacto de lo que me sucedía. Cuando nos encontramos a la semana siguiente, decidí averiguar qué experiencia había tenido la misma tarde de mi sesión. Al principio decidí no comentarle nada sobre ésta, para evitar cualquier posible forma de sugestión. Simplemente le pregunté qué es lo que había hecho entre las 4 y las 4,30 de la tarde, que era el momento en que yo estaba viviendo mi secuencia kármica egipcia durante mi sesión. «Es extraño que me lo preguntes –me respondió–, ¡fue probablemente el peor momento de mi vida!».

Entonces empezó a describirme el violento enfrentamiento que había mantenido con su superior y al que ella puso fin saliendo airadamente de la oficina. Estaba tan segura de haber perdido su empleo y se sentía tan desesperada que acabó ahogando sus penas en alcohol en un bar de los alrededores. En un determinado momento, la puerta del bar se había abierto y ella había percibido que entraba un hombre. Mónica había reconocido a Robert, un hombre con el que había tenido una relación sexual en la época en la que nos conocimos. Robert era muy rico y le había hecho muchos regalos caros, incluidos un automóvil nuevo y un caballo.

Sin que yo lo supiera, Mónica había continuado la relación con él después de que nosotros empezáramos a salir juntos, sin ser capaz de decidirse por uno de los dos. Al ver entrar a Robert en el bar, se había encaminado hacia él para darle un abrazo y un beso, pero él había hecho una maniobra evasiva y un gesto negativo con la mano. Mónica se dio cuenta de que estaba acompañado por una mujer elegante. Para su sorpresa, Robert se la presentó. Resultó ser su esposa. Para Mónica supuso un fuerte choque emocional, puesto que durante toda su relación con Robert éste había fingido ser soltero.

En aquel momento Mónica sintió que el suelo desaparecía bajo sus pies. Abandonó el bar y corrió hacia su coche, que era el que Robert le había regalado. Bastante bebida y bajo una fuerte lluvia, enfiló la autopista de circunvalación a 160 kilómetros por hora, decidida a acabar con todo. Había sucedido demasiado aquel día y ya nada le importaba. Resultó ser exactamente el mismo instante en el que yo llegaba a la resolución del patrón kármico en mi sesión y la imagen de Mónica había emergido en mi mente. Ella empezó a pensar en mí y en nuestra relación. Al darse cuenta de que todavía tenía a alguien en su vida en quien podía confiar, se calmó. Lentamente redujo la velocidad, salió de la autopista de circunvalación y se detuvó en la cuneta. Cuando estuvo suficientemente sobria para poder conducir con seguridad, regresó a su casa y se fue a dormir.

El día después de esta conversación con Mónica recibí una llamada de teléfono de Wolfgang, pidiéndome una cita. Esto era absolutamente inesperado y sorprendente, puesto que Wolfgang nunca me había llamado antes y mucho menos me había pedido una cita. Cuando llegué, me dijo que venía a verme por un asunto íntimo y muy incómodo. Era un problema que en psicoanálisis se llama el complejo de la prostituta y la Virgen. Él estaba manteniendo algunas relaciones sexuales superficiales, algunas de una sola noche, y nunca había tenido ningún problema de erección. En aquellos momentos sentía que había encontrado a la mujer de sus sueños y por primera vez en su vida estaba profunda-

mente enamorado. Sin embargo, era incapaz de tener una relación sexual y ya había vivido algunos dolorosos y repetidos fracasos.

Wolfgang estaba desesperado y asustado ante la posibilidad de poder perder su relación si no hacía algo sobre su impotencia. Me dijo que estaba muy incómodo de hablar de su problema con un extraño. Había pensado en hablar del tema conmigo días antes, pero había rechazado la idea porque sentía fuertes sentimientos negativos contra mí. En algún momento, su actitud hacia mí había cambiado radicalmente, de repente. Su odio se había disuelto como por arte de magia y había decidido llamarme. Cuando le pregunté cuándo había sucedido aquello, descubrí que coincidía exactamente con el momento en que yo acababa de revivir el episodio egipcio.

Pocas semanas después encontré la pieza que faltaba a la historia egipcia. Hice una sesión hipnótica con Pauline McCririck, una psicoanalista londinense. Lo que sigue es un pasaje de mi descripción de aquella experiencia.

> Estaba tumbado en la arena de un desierto abrasado por el sol. Sentía un terrible dolor en el vientre y todo mi cuerpo era sacudido por espasmos. Sabía que había sido envenenado y que iba a morirme. Del contexto deducía que las únicas personas que habían podido envenenarme eran Mónica y su amante. Según la ley egipcia, ella tenía que casarse conmigo por ser su hermano mayor, pero su afecto pertenecía a otro hombre. Yo había descubierto su aventura amorosa y había intentado impedir su relación. El darme cuenta de que yo había sido traicionado y envenenado me cegaba de cólera. Estaba muriendo solo en el desierto con todo mi ser lleno de odio.
>
> Volver a vivir esta situación me aportó otra comprensión profunda e interesante. Me parecía recordar que, en esta vida egipcia, participaba activamente en los misterios de Isis y Osiris y sabía sus secretos. Sentía que el veneno y el odio intoxicaban mi mente y oscurecían todo lo demás, incluido este conocimien-

to. Esto impedía que pudiera aprovecharme de las enseñanzas secretas en el momento de mi muerte. Por la misma razón, mi conexión con este conocimiento arcano había sido brutalmente cortada.

De repente vi que gran parte de mi vida actual había sido dedicada a una incesante búsqueda de aquellas enseñanzas perdidas. Recordé la excitación que había sentido cada vez que había logrado alguna información directa o indirectamente relacionada con este campo. A la luz de esta comprensión profunda, mi trabajo con las sustancias psicodélicas en torno a la muerte y al renacimiento psicoespiritual parecían ser un redescubrimiento y una reformulación actual de los procesos que componían los antiguos misterios.

En una meditación posterior fui inesperadamente desbordado por una sucesión rápida de imágenes que representaban momentos estelares de mis experiencias con Mónica y Wolfgang, algunas de ellas de la vida real y otras de mis sesiones. La intensidad y la velocidad de esta revisión aumentaron rápidamente hasta alcanzar un clímax explosivo. En un instante sentí una profunda sensación de paz y de haber llegado al final. Supe que el patrón kármico había sido ya plenamente resuelto. Mi amistad con Mónica continuó durante toda mi estancia en Baltimore. La tensión y el caos desaparecieron de nuestras relaciones y ninguno de los dos sentimos ya en aquella época ninguna compulsión para continuar una relación íntima. Ambos entendimos que no teníamos que formar una pareja en nuestra vida actual.

Renacimiento y karma *en el budismo tibetano*

Existe otra pieza interesante del rompecabezas del renacimiento. Es la información que poseemos sobre ciertas técnicas y prácticas tibetanas relativas al grado en el que es posible influir realmente sobre el proceso de muerte y renacimiento. Los textos

tibetanos describen que determinados maestros espirituales con un elevado grado de desarrollo interior son capaces de decidir el momento de su muerte y predecir o escoger el lugar y el momento de su próximo renacimiento. Otros han desarrollado la capacidad de mantener la continuidad de conciencia durante su paso a través de los *bardos*, estados intermedios entre la muerte y el renacimiento siguiente.

A la inversa, según estos informes, los monjes tibetanos realizados pueden utilizar ciertas claves específicas, recibidas en sueños y meditaciones, así como diversas señales de buen augurio, para localizar e identificar al niño que es la reencarnación de un *tulku* o un Dalai Lama. Más adelante se encuentra al niño, se le lleva al monasterio y se le somete a una serie de pruebas consistentes en identificar correctamente una serie de objetos similares a aquéllos que pertenecieron al fallecido. Algunos aspectos de esta práctica podrían someterse, al menos teóricamente, a comprobaciones rigurosas según las pautas de investigación occidental.

La reencarnación: ¿hecho o ficción?

Ahora podemos resumir las pruebas objetivas que constituyen la base de la "creencia" extendida en la reencarnación y en el *karma*. En realidad el término *creencia* es inapropiado cuando se aplica a este campo. Propiamente entendido, es más bien un sistema teórico de pensamiento, un marco conceptual que intenta proporcionar una explicación a un gran número de experiencias y observaciones poco habituales. En los estados holotrópicos, ya sean espontáneos o inducidos, no sólo es posible, sino muy común experimentar episodios de vidas de personas en diversos períodos históricos y en diferentes países del mundo. Cuando tenemos la experiencia de estas secuencias, nos sentimos completamente identificados con dichas personas. Además, tenemos la convicción de que realmente alguna vez fuimos esas personas y de que he-

mos vivido su vida. Estas experiencias suelen ser muy vívidas y en ellas intervienen todos nuestros sentidos.

En lo que se refiere a su contenido, las experiencias de vidas pasadas trascienden las fronteras raciales y culturales, y pueden tener lugar en cualquier país del mundo y en cualquier período de la historia de la humanidad o de la prehistoria. Frecuentemente proporcionan una información detallada sobre los países, culturas y épocas históricas implicadas. En muchos casos, esta información supera de lejos el conocimiento previo que teníamos de estas materias y nuestra formación cultural general. En ocasiones, las secuencias de vidas pasadas pueden tener como protagonistas a animales. Por ejemplo, podemos vivir una situación en la que nos mata un tigre o somos aplastados por un elefante. Con los años, también he sido testigo de algunas experiencias de vidas pasadas que sólo tienen un protagonista, como episodios en el que quienes los vivían morían en un alud o eran aplastados por un árbol caído. El potencial terapéutico de las experiencias de vidas pasadas y las sincronías asociadas con ellas constituyen extraordinarios rasgos adicionales de estos fenómenos. Éstos son los hechos que tenemos que conocer antes de intentar emitir un juicio sobre la "creencia" en la reencarnación y en el *karma*.

Estas características extraordinarias de experiencias de vidas pasadas han sido repetidamente confirmadas por observadores independientes. Sin embargo, todos estos hechos impresionantes no constituyen necesariamente una "prueba" definitiva de que sobrevivamos a la muerte y renazcamos como la misma unidad separada de conciencia, o como la misma alma individual. Esta conclusión sólo es una de las interpretaciones posibles de las pruebas existentes. Ésta es esencialmente la misma situación con la que nos encontramos en la ciencia, en donde disponemos de ciertos hechos de observación y buscamos una teoría que pueda explicarlos y situarlos en un marco conceptual coherente.

Una de las normas esenciales de la filosofía moderna de la ciencia consiste en que una teoría nunca debe ser confundida con

la realidad que describe. La historia de la ciencia demuestra claramente que siempre existe más de una forma de interpretar los datos disponibles. En el estudio de los fenómenos de vidas pasadas, como en cualquier campo de investigación, tenemos que separar los hechos observados de las teorías que intentan darle un sentido. Por ejemplo, la caída de los objetos es un hecho observado, mientras que las teorías que intentan explicar por qué sucede han cambiado varias veces a lo largo de la historia y, sin duda, volverán a cambiar de nuevo.

La existencia de experiencias de vidas pasadas con todas sus características extraordinarias es un hecho incuestionable que puede ser verificado por cualquier investigador serio suficientemente imparcial e interesado en comprobar las pruebas existentes. También es obvio que no existe ninguna explicación plausible para estos fenómenos dentro del marco conceptual de la corriente dominante de la psiquiatría y de la psicología. Por otra parte, la interpretación de los datos existentes es un asunto mucho más complejo y difícil. La comprensión popular de la reencarnación como un ciclo repetido de vida, muerte y renacimiento del mismo individuo es una conclusión razonable a partir de las pruebas disponibles. Sin duda, es muy superior a la actitud de los psicólogos y de los psiquiatras tradicionales, que ignoran todas las pruebas disponibles y se adhieren rígidamente a las formas establecidas de pensamiento. Sin embargo, no es difícil imaginar algunas interpretaciones alternativas de los mismos datos. Naturalmente, ninguna de estas explicaciones es congruente con el paradigma materialista.

Al menos dos alternativas de este tipo pueden encontrarse ya en los textos espirituales. En la tradición hindú, la creencia en la reencarnación de individuos separados se considera una comprensión popular e inculta de la reencarnación. En última instancia, sólo existe un ser que tenga verdadera existencia y que es Brahman, o el mismo principio creador. Todos los individuos separados en todas las dimensiones de la existencia son simplemente productos de infinitas metamorfosis de esta única e in-

mensa entidad. Puesto que todas las divisiones y límites del universo son ilusorios y arbitrarios, sólo Brahman se encarna realmente. Todos los protagonistas de la obra divina de la existencia son diferentes aspectos de este Uno. Cuando alcanzamos este conocimiento esencial, somos capaces de ver que nuestras experiencias de encarnaciones pasadas representan simplemente otro nivel de ilusión o *mâyâ*. Considerar esas vidas como "vidas nuestras" exige percibir los actores del drama kármico como individuos separados y refleja la ignorancia sobre la unidad fundamental de todas las cosas.

En su libro *Life Cycles*, Christopher Bache (1990) expone otro concepto interesante de la reencarnación que se encuentra en los libros de Jane Roberts (1973) y en las obras de otros autores. En este concepto, el énfasis no se pone ni en la unidad de conciencia ni en Dios, sino en la Supraalma, entidad que se halla entre los dos. Si el término alma se refiere a la conciencia que recoge e integra las experiencias de una encarnación individual, la Supraalma o Alma es el nombre que se da a la conciencia más amplia que recoge e integra las experiencias de muchas encarnaciones. Según este punto de vista, es la Supraalma la que se encarna y no la unidad individual de conciencia.

Bache señala que si somos extensiones de nuestras vidas anteriores, es obvio que no somos la suma de todas las experiencias que han contenido. El propósito que tiene la Supraalma para encarnarse es recoger experiencias concretas. Una implicación plena en una vida concreta exige cortar la conexión con la Supraalma y asumir una identidad personal diferenciada. En el momento de la muerte, el individuo separado se disuelve en la Supraalma, dejando sólo un mosaico de experiencias problemáticas no asimiladas. Éstas quedan entonces asignadas a la vida de otros seres encarnados en un proceso que puede compararse a dar una mano de cartas en un juego de baraja.

En este modelo no existe una verdadera continuidad entre las vidas de los individuos que se encarnan en épocas diferentes. Al vivir partes no asimiladas de otras vidas, no estamos afrontando

un *karma* personal nuestro, sino clarificando en realidad el campo de la Supraalma. La imagen que Bache utiliza para ilustrar la relación entre el alma individual y la Supraalma es la de una concha de nautilus. En ella, cada compartimiento es una unidad separada y refleja un determinado período de la vida del molusco, pero también se halla integrada en una totalidad más amplia.

Hasta aquí hemos expuesto tres formas diferentes de interpretar las observaciones que se han hecho sobre los fenómenos de vidas pasadas. Las unidades encarnadas serían respectivamente la unidad individual de conciencia, la Conciencia Absoluta y la Supraalma. Sin embargo, no hemos agotado todas las posibilidades de explicaciones alternativas que pueden intervenir para explicar los hechos observados. Como la naturaleza de las fronteras del universo es arbitraria, podríamos fácilmente definir como principio encarnado una unidad más amplia que la Supraalma, por ejemplo, el campo de conciencia de toda la especie humana o de todas las formas de vida.

También podríamos llevar nuestro análisis un paso más allá y explorar los factores que determinan la elección concreta de las experiencias kármicas que se asignan a la unidad de conciencia que se está encarnando. Por ejemplo, algunas personas con las que he trabajado han tenido comprensiones profundas muy convincentes de que un importante factor en la selección del proceso podría ser la relación entre los patrones kármicos, por un lado, y el lugar y la época de una encarnación concreta, con sus coordinadas astrológicas particulares, por otro. Este concepto concuerda en general con las observaciones llevadas a cabo en las sesiones psicodélicas, la respiración holotrópica y los episodios espontáneos de crisis psicoespirituales. Dichas observaciones indican que en todas estas situaciones el contenido y el momento de los estados no ordinarios de conciencia tienen una estrecha relación con los tránsitos planetarios (Tarnas, obra de próxima aparición).

Las experiencias holotrópicas y su influencia en nuestro sistema de creencias

Para tener una perspectiva más amplia sobre el tema de la reencarnación,investigaremos los cambios que se producen en nuestras creencias a lo largo de un trabajo interno y sistemático con estados holotrópicos. Nuestra creencia o incredulidad en la reencarnación, así como nuestra comprensión de lo que pudiera sobrevivir a la muerte, refleja la naturaleza y el nivel de las experiencias que hemos tenido. Una persona media perteneciente a la civilización industrial occidental cree ser su cuerpo físico. Esto limita claramente la existencia individual a un espacio de vida que abarca desde la concepción hasta el momento de la muerte. Como ya hemos visto, este concepto de "un solo reloj biológico" se halla en conflicto con la perspectiva de muchos otros grupos a lo largo de la historia. En nuestra cultura es una visión totalmente asumida por una curiosa alianza entre la ciencia materialista y las iglesias cristianas. El problema de la reencarnación es uno de los raros campos en los que estas instituciones alcanzan un acuerdo total.

Las experiencias personales de recuerdo de vidas pasadas que encontramos en la meditación, en la psicoterapia vivencial, en sesiones psicodélicas o en "casos de urgencia espiritual", pueden ser extremadamente auténticas y convincentes. Pueden producir un cambio drástico en nuestra visión del mundo y abrirnos al concepto de la reencarnación, no como creencia, sino como una realidad existencial. En consecuencia, el énfasis de nuestra introspección tiende a cambiar considerablemente. Antes, tal vez habíamos creído que era de importancia fundamental esforzarnos por descubrir los traumas de nuestra niñez, de nuestra primera infancia y del nacimiento, porque nos habíamos dado cuenta de que eran una fuente de dificultades en nuestra vida actual. Tras el descubrimiento de la existencia de la esfera kármica, estamos más interesados en alcanzar una liberación de los patrones kármicos traumáticos, porque no sólo pueden contaminar una vida, sino también otras muchas consecutivas.

En esta fase, a menudo seguimos teniendo experiencias adicionales de vidas pasadas que pueden ser muy ricas en detalles precisos y estar asociadas con sincronías extraordinarias. Así pues, continuamos obteniendo pruebas convincentes de la realidad y autenticidad de esta forma de entender la existencia. Ya no pensamos en nosotros como los "egos encapsulados en la piel" de Alan Watts. En lugar de identificarnos con un individuo concreto que vive desde la concepción a la muerte, ahora poseemos un concepto más amplio de quiénes somos.

Nuestra nueva identidad es la de un ser cuya existencia se extiende a lo largo de muchas vidas; algunas ya han pasado, y otras nos esperan en el futuro. Para vernos de esta forma, tenemos que trascender nuestra experiencia previa de que nuestro espacio de vida está temporalmente limitado al período comprendido entre la concepción y la muertc. Al mismo tiempo, tenemos que continuar creyendo en la naturaleza absoluta de las fronteras espaciales que nos separan de otras personas y del resto del mundo. Pensamos en nosotros mismos como cadenas de vida que empiezan y acaban, considerando nuestros patrones kármicos de la misma forma. Si continuamos nuestro viaje interior, posteriores experiencias holotrópicas pueden mostrarnos que incluso las fronteras espaciales son en última instancia ilusorias y es posible disolverlas. Esto crea una perspectiva totalmente nueva del problema de la reencarnación. Ahora hemos trascendido el concepto de *karma*, tal como suele entenderse, porque hemos alcanzado un nivel en el que ya no existen individuos separados. La existencia de personajes diferenciados es un requisito necesario para cualquier integración kármica. En este punto nos identificamos con el campo unificado de energía creativa-cósmica y con la Conciencia Absoluta. Desde esta perspectiva, los dramas de vidas pasadas representan simplemente otro nivel de ilusión, el juego de *mâyâ*. Entonces se vuelve obvio que todas las vidas tienen de hecho un solo protagonista y que, en definitiva, todas están vacías de sustancia.

Ahora ya no creemos en el *karma*, sin duda no del mismo modo en que lo hacíamos antes. Esta forma de incredulidad es de

un orden totalmente diferente a la del escéptico y a la del ateo materialista. Aún recordamos la época en que vivíamos en un estado totalmente limitado de conciencia y rechazábamos la idea de la reencarnación como esencialmente ridícula y absurda. También somos conscientes del hecho de que experiencias intensas y convincentes pueden dirigirnos hacia un nivel de conciencia en el que la reencarnación no es un concepto sino una realidad vivida. Y sabemos que incluso esta fase puede trascenderse cuando nuestro proceso de indagación interna nos enfrenta a experiencias que nos hacen entender la relatividad de todas las fronteras y la vacuidad fundamental de todas las formas.

Ni la negación categórica de la posibilidad de la reencarnación, ni la creencia en su existencia objetiva son verdad en un sentido absoluto. Los tres enfoques mencionados a este problema son existencialmente muy reales y cada uno de ellos refleja un cierto nivel de comprensión profunda del orden universal de las cosas. En última instancia, sólo la existencia del mismo principio creador es real. Tanto el mundo en el que la reencarnación parece imposible como el mundo en el que parece ser un hecho innegable son realidades virtuales creadas por una orquestación de experiencias. Por esta razón, el juego cósmico puede incluir guiones que, desde nuestra perspectiva cotidiana limitada, pueden parecer incompatibles y en conflicto entre sí. En la Mente Universal y en su obra divina pueden coexistir sin ningún problema.

9. EL TABÚ DE SABER QUIÉN SE ES

No somos seres humanos que tienen una experiencia espiritual; somos seres espirituales que tienen una experiencia humana.

TEILHARD DE CHARDIN, *El fenómeno humano*

Nuestro nacimiento no es sino sueño y olvido:
el Alma que amanece con nosotros, nuestra Estrella vital
tuvo su origen en otra parte
y viene de lugares remotos.
No en un olvido total y en extrema desnudez,
sino arrastrando nubes de gloria,
venimos de Dios, que es nuestro hogar.
¡Sobre nosotros se extiende el cielo en nuestra infancia!
Las sombras de la prisión empiezan a cernirse
sobre el niño que crece.

WILLIAM WORDSWORTH, *Ode: Intimations of Immortality*

La ilusión perfecta

En los estados holotrópicos podemos trascender los límites del ego limitado al cuerpo con el que normalmente solemos identificarnos y tener experiencias muy vívidas de convertirnos en otras personas, animales, plantas e incluso en partes inorgánicas de la naturaleza o en diversos seres mitológicos. Descubrimos que la se-

paración y la discontinuidad que normalmente percibimos dentro de la creación son arbitrarias e ilusorias. Y cuando quedan disueltas todas las fronteras y las trascendemos, podemos vivir una identificación con el principio creador mismo, ya sea como Conciencia Absoluta o como Vacío cósmico. Así descubrimos que nuestra identidad real no es el yo individual, sino el yo universal.

Si es verdad que nuestra naturaleza más profunda es divina y que tenemos la misma identidad que el principio creador del universo, ¿cómo podemos explicar la firmeza de nuestra creencia en que somos cuerpos físicos que existen en un mundo material? ¿Cuál es la naturaleza de esta ignorancia fundamental en lo que respecta a nuestra verdadera identidad, de este misterioso velo de olvido que Alan Watts llamó "el tabú de saber quién se es"? (Watts 1966). ¿Cómo es posible que una entidad espiritual, infinita e intemporal, cree de sí misma y dentro de sí una copia virtual de una realidad tangible poblada por seres vivos que se viven a sí mismos como seres separados de su fuente y entre sí? ¿Cómo pueden engañarse los actores de la obra del mundo para creer en la existencia de su realidad ilusoria?

La mejor explicación que he oído de personas con las que he trabajado es que el principio creador se atrapa en su propia perfección. La intención creadora que se halla detrás de la obra divina es impulsar la existencia a realidades de experiencia que puedan ofrecer las mejores oportunidades para la aventura de la conciencia. Para cumplir con este objetivo deben ser convincentes y creíbles en todos los detalles. Aquí podemos servirnos como ejemplo de las obras de teatro y de las películas. Éstas, a veces, pueden ser interpretadas con tal perfección que nos hacen olvidar que los acontecimientos que estamos contemplando son ilusorios y reaccionar ante ellos como si fuesen reales. Igualmente, un buen actor o una buena actriz pueden a veces perder su verdadera identidad y fundirse temporalmente con los personajes que están representando.

El mundo en el que vivimos tiene muchas características de las que carece la Conciencia Absoluta en su forma pura, como la

pluralidad, la polaridad, la densidad, la presencia física, el cambio y la impermanencia. El proyecto de crear una copia de una realidad material dotada de estas propiedades es ejecutado con tal perfección artística y científica que las unidades divididas de la Mentc Universal lo encuentran totalmente convincente y lo toman erróneamente por la realidad. En la extrema expresión de su maestría artística, representada por el ateo, lo Divino logra de hecho suscitar argumentos, no sólo contra su participación en la creación, sino contra su misma existencia.

Una de las tramas importantes que ayudan a crear la ilusión de una realidad material ordinaria es la existencia de lo trivial y lo feo. Si todos nosotros somos seres etéricos radiantes, que extraemos nuestra energía vital directamente del sol y vivimos en un mundo en el que todos los paisajes se parecen al Himalaya, al Gran Cañón y a las paradisíacas islas vírgenes del Pacífico, sería demasiado obvio para nosotros el saber que somos parte de una realidad divina. Igualmente, si todos los edificios de nuestro mundo se parecieran a la Alhambra, al Taj Mahal, a Xanadú o a la catedral de Chartrcs, si estuviéramos rodeados por esculturas de Miguel Ángel y escuchásemos música de Beethoven o de Bach, podríamos discernir fácilmente la naturaleza divina de nuestro mundo.

El hecho de que tengamos cuerpos físicos con todas sus secreciones, olores, imperfecciones y patologías, así como un sistema gastrointestinal con sus contenidos repulsivos, sin duda oscurece y confunde eficazmente el tema de nuestra divinidad. Diversas funciones fisiológicas como el vomitar, eructar, tener gases, defecar y orinar, junto con la descomposición final del cuerpo humano complican aún más el panorama. Igualmente, la existencia de paisajes naturales nada atractivos, de basureros, de zonas industriales contaminadas, de retretes malolientes con *graffiti* obscenos, de guetos urbanos y de millones de chabolas dificultan enormemente el que podamos darnos cuenta de que nuestra vida es una obra divina. La existencia del mal y el hecho de que la misma naturaleza de la vida sea depredadora hace esta ta-

rea casi imposible para una persona media. Para los occidentales cultos, la visión del mundo creada por la ciencia materialista constituye un grave obstáculo adicional.

Es sin duda más fácil asociar lo Divino con la belleza que con la fealdad. No obstante, en un contexto más amplio, incluir la fealdad en el orden universal de las cosas hace que el espectro de la existencia sea más pleno y rico y ayude a disfrazar la naturaleza divina de la creación. La imagen de lo horroroso puede ser ejecutada con gran perfección y llegar a constituir un interesante reto. Cuando nos damos cuenta de que la naturaleza compleja de la Conciencia Cósmica incluye, entre otras cosas, ciertas características que encontramos a nuestro nivel reflejadas en los artistas y en los científicos, de repente no parece muy sorprendente la tendencia a explorar todo el espectro de posibilidades, incluyendo lo feo y lo desagradable.

El mundo del arte, incluidas la pintura, la literatura y las películas, no puede ser acusado de favorecer unilateralmente lo que es bello e inspirador. Igualmente, los científicos no tienen ningún reparo en explorar cualquier aspecto de la existencia y muchos de ellos no dudan en proseguir su investigación apasionada incluso si sus descubrimientos tienen consecuencias desesperanzadoras y negativas para nuestro mundo. Una vez que nos damos cuenta del origen y propósito del drama cósmico, los criterios habituales de perfección y belleza tienen que ser revisados drásticamente. Una de las tareas importantes del viaje espiritual es ser capaz de ver lo divino no sólo en lo extraordinario y en lo ordinario, sino también en lo inferior y en lo feo.

Según nuestros criterios usuales, Albert Einstein es un genio que sin duda sobresale sobre sus congéneres, por no decir sobre un primate como el chimpancé. Sin embargo, desde una perspectiva cósmica no existe ninguna diferencia jerárquica entre Einstein y un mono, puesto que ambos son especímenes perfectos de lo que estaban destinados a ser. Dentro de una obra de Shakespeare, un rey es ciertamente superior a su bufón. Sin embargo, el estatus de Lawrence Olivier como actor no varía en función de

cuál de los dos papeles desempeñe, mientras haga una interpretación perfecta. Del mismo modo, Einstein es Dios interpretando impecablemente a Albert Einstein y un chimpancé es Dios interpretando perfectamente el papel de un chimpancé.

Normalmente, si poseemos un sentido estético razonable, admiraremos la obra de Miguel Ángel o de Vincent Van Gogh y no sentiremos demasiado aprecio por lo *kitsch*. Esto tendría un sentido perfecto si estuviéramos comparando esfuerzos humanos ordinarios que tienen resultados tan drásticamente diferentes. Sin embargo, los verdaderos artífices de estas obras no eran los "yoes" encarnados de los autores, sino la Conciencia Absoluta y la energía creativa cósmica operando a través de ellos con un propósito concreto. Si la intención creadora no hubiera sido la de producir una gran obra de arte, sino concretamente la de añadir el fenómeno del *kitsch* al juego cósmico, este proyecto sería perfecto por derecho propio.

Lo mismo puede decirse de un horrendo sapo, una criatura que fue incluida en el orden universal de las cosas con algún propósito concreto por la misma fuente que fue capaz de crear las mariposas de larga cola, los pavos reales y las gacelas. Es la absoluta perfección de la creación, entendida en este sentido, la que parece responsable del "tabú de saber quién se es". La realidad virtual que simula un universo material se lleva a cabo con un sentido tan agudo del detalle por lo minúsculo que el resultado es absolutamente convincente y creíble. Las unidades de conciencia que desempeñan el papel de protagonistas en los innumerables papeles de esta obra de obras pueden verse atrapadas y enredarse en la compleja e intrincada red de su magia ilusoria.

La obra creativa de los demiurgos

Las comprensiones profundas de la naturaleza y la dinámica del juego cósmico no tienen por qué surgir en el nivel del principio creador supremo. Gail, una pastora protestante que participa-

ba en nuestro programa de formación para profesionales en el Centro de Investigación Psiquiátrica de Maryland, vivió en su sesión psicodélica una secuencia interesante que describía la cosmogonía como un juego creativo y competitivo de cuatro entidades demiúrgicas suprahumanas. Aunque su experiencia es muy poco frecuente, la incluiré aquí porque implica a cuatro seres demiúrgicos en lugar de tener que ver sólo con el único principio creador. Su experiencia ilustra con excepcional claridad muchos de los temas relacionados con el problema de la encarnación de seres espirituales y del "tabú de saber quién se es". He aquí el pasaje correspondiente de su sesión:

> Me encontré en una dimensión que parecía estar más allá del espacio y del tiempo conocidos. Lo que me llega a la mente cuando pienso ahora en ello es el concepto del hiperespacio utilizado por los físicos modernos. Sin embargo, este término técnico no describiría el profundo sentimiento de carácter sagrado, el sentido sobrecogedor y numinoso que acompañaron mi experiencia. Me di cuenta de que yo era un ser suprahumano de inmensas proporciones, posiblemente alguien que trascendía todas las limitaciones, alguien que existía antes de que se conociera limitación alguna. Yo no poseía ninguna forma, por ser pura conciencia suspendida en el Espacio absoluto y con una enorme inteligencia. Aunque allí no había ninguna fuente de luz, no puedo decir que estuviese en una absoluta oscuridad.
>
> Compartía este espacio con otros tres seres. Aunque eran puramente abstractos y amorfos como yo misma, podía claramente sentir su presencia diferenciada y comunicar con ellos de un modo telepático y complejo. Nos divertíamos mutuamente con diversos juegos intelectuales brillantes; era como un constante juego de fuegos artificiales de ideas extraordinarias. La complejidad y el nivel de imaginación que había en estos juegos sobrepasaba con mucho cualquier cosa conocida por los seres humanos. Todo era puro entretenimiento, *l'art pour l'art*, puesto que, en la forma en que estábamos, ningún juego tenía implicaciones prácticas.

En este contexto, tengo que pensar en ballenas que flotan en el océano con sus enormes cerebros y están dotadas de una inteligencia que iguala o sobrepasa a la nuestra. Puesto que la naturaleza no crea ni mantiene órganos y funciones que no se utilicen, la actividad mental de los cetáceos tiene que ser comparable a la de los humanos. Sin embargo, por su anatomía, sólo tienen una capacidad mínima de indicar mediante expresiones tangibles lo que sucede en su mente. En cierta ocasión leí la hipótesis de un investigador que sugería que las ballenas tal vez pasen la mayor parte de su tiempo entreteniéndose mutuamente cuando utilizan sus sorprendentes sonidos que se transmiten a través del océano a miles y miles de kilómetros. ¿Se cuentan entre sí historias y comunican creaciones artísticas? ¿Mantienen diálogos filosóficos o juegan complicados juegos? ¿O son como los yoguis indios o tibetanos que en sus profundas meditaciones, en la soledad de sus cuevas y celdas, tienen la experiencia de conectar con toda la historia del cosmos y otras realidades?

Después de esta introducción, que describe el ambiente y el contexto general de su experiencia y que reflexiona sobre la existencia desencarnada como ser puramente espiritual, Gail se centró en la parte de su sesión que tiene una relevancia inmediata para nuestra exposición sobre el "tabú de saber quién se es".

Uno de los seres avanzó una idea fascinante. Sugirió que sería posible crear un juego que abarcase una realidad con muchas criaturas diferentes de diferentes formas y tamaños. Parecerían densas y sólidas y existirían en un mundo lleno de objetos de diferentes formas, texturas y consistencias. Los seres nacerían, evolucionarían, tendrían interacciones y aventuras complejas entre sí y después dejarían de existir. Habría grupos de criaturas de diversos órdenes, y cada una de éstas existiría en dos formas –macho y hembra– que se complementarían mutuamente y participarían en la reproducción.

Esta realidad estaría limitada por coordenadas diferenciadas

> de espacio y de tiempo. El tiempo tendría un flujo imperativo desde el pasado hacia el futuro, pasando por el presente, y además los acontecimientos parecerían ser causados por los acontecimientos anteriores. Habría vastos períodos históricos, todos ellos diferentes entre sí. Uno tendría que viajar para ir de un lugar a otro y habría muchas formas diferentes de hacerlo. Una variedad de limitaciones, normas y leyes rígidas regirían todos los acontecimientos de dicho mundo, como ocurre con los juegos. Entrar en esta realidad y asumir diferentes papeles en ella proporcionaría un exquisito entretenimiento completamente singular.

Los tres seres espirituales quedaron intrigados, pero también incrédulos, y expresaron serias dudas sobre el proyecto sugerido. Por fascinante que pareciera, era improbable que pudiera ser llevado a cabo. ¿Cómo podría hacérsele creer a un ser espiritual e ilimitado y que existe en un mundo de infinitas posibilidades, que está confinado en un cuerpo sólido con una forma extraña, con cabeza, tronco y extremidades, y que depende absolutamente de la ingestión de otras criaturas muertas y de la presencia de un gas llamado oxígeno? ¿Cómo podría convencérsele de tener una capacidad intelectual limitada y de que su percepción dependería del alcance de sus órganos sensoriales? ¡Parecía demasiado fantástico para poderse considerar en serio! A continuación, Gail describe cómo resolvieron el problema los seres demiúrgicos.

> A continuación se suscitó un acalorado debate intelectual. El autor de este plan respondió a todas nuestras objeciones, insistiendo en que el proyecto era perfectamente factible. Estaba convencido de que todo lo que se necesitaba era que el guión fuese suficientemente complejo y apasionante, que se asociasen coherentemente las situaciones concretas y las experiencias convincentes, y una cuidadosa cobertura de todos los huecos. Todo esto atraparía al participante en una compleja red de ilusiones y le induciría a creer que el juego sería real. Cada vez estábamos más

fascinados por todas las posibilidades que éste ofrecía hasta que al final llegamos a la convicción de que este proyecto extraordinario era viable. Estuvimos de acuerdo en entrar en el juego de la encarnación, animados por la promesa de tener extraordinarias aventuras de la conciencia.

Esta experiencia ha resuelto de algún modo cualquier preocupación que yo pudiera tener respecto al tema del *karma*. Me dejó con una firme convicción de que soy en esencia un ser espiritual y de que la única forma en quc podría haberme implicado en el drama cósmico era a través de una decisión libre. La elección de encarnarse implica una aceptación voluntaria de una amplia serie de limitaciones, leyes y normas, lo mismo que ocurre cuando decidimos participar en un juego. Desde esta perspectiva no tiene ningún sentido culpar a nadie de nada de lo que sucede en nuestra vida. El hecho de que, en un nivel superior, tcnemos la libre elección de entrar o no en el juego cósmico, crea un metamarco que redefine todo lo que ocurre dentro de él.

Vicisitudes y escollos del viaje de regreso

Existe otra razón importante por la que es tan difícil liberarnos de la ilusión de que somos individuos separados que vivimos en un mundo material. Las formas de reunirse con la fuente divina están plagadas de dificultades, riesgos y desafíos. La obra divina no es un sistema completamente cerrado; ofrece a los protagonistas la posibilidad de descubrir la verdadera naturaleza de la creación, incluido su propio estatus cósmico. Sin embargo, los caminos que conducen del autoengaño a la iluminación y a la reunión con la fuente presentan serios problemas y la mayoría de las lagunas potenciales de la creación están cuidadosamente ocultas. Esto es absolutamente necesario para el mantenimiento de la estabilidad y el equilibrio del orden cósmico. Estas vicisitudes y estos escollos del camino espiritual constituyen una importante parte del "tabú de saber quién se es".

Todas las situaciones que ofrecen oportunidades para la apertura espiritual suelen venir acompañadas por una variedad de poderosas fuerzas de oposición. Alguno de los obstáculos que hacen extremadamente difícil y peligroso el camino de la liberación y de la iluminación son por naturaleza intrapsíquicos. Entre ellos se encuentran las terroríficas experiencias que pueden disuadir a los buscadores menos valientes y decididos, como encuentros con fuerzas arquetípicas oscuras, miedo a la muerte y el espectro de la locura. Aún más problemáticas son diversas interferencias e intervenciones que proceden del mundo externo. En la Edad Media, muchas personas que tenían experiencias místicas espontáneas corrían el riesgo de verse sometidas a torturas, juicios o a ser ejecutadas por parte de la Santa Inquisición. En nuestra época, las etiquetas psiquiátricas estigmatizadoras y las medidas terapéuticas drásticas han sustituido a las acusaciones de brujería, las torturas y los autos de fe. El cientificismo materialista del siglo XX ha ridiculizado y catalogado como patológico cualquier esfuerzo espiritual, por muy fundado y avanzado que sea.

La autoridad de que disfruta la ciencia en la sociedad actual hace difícil tomar en serio la espiritualidad y proseguir el camino del descubrimiento espiritual. Además, los dogmas y actividades de las religiones dominantes tienden a oscurecer el hecho de que el único lugar en el que puede encontrarse la verdad espiritual es dentro de la psique de cada uno de nosotros. En el peor de los casos, la religión organizada puede funcionar de hecho como un impedimento grave de cualquier búsqueda espiritual seria, en lugar de ser una institución que pueda ayudarnos a conectar con lo Divino.

Las tecnologías de lo sagrado desarrolladas por diversas culturas aborígenes han sido desechadas en Occidente como productos del pensamiento mágico y como supersticiones primitivas de los salvajes. El potencial espiritual de la sexualidad, que encuentra su expresión en el *tantra*, es totalmente contrarrestado por los escollos del sexo como poderoso instinto animal. La apa-

rición de las sustancias psicodélicas que tienen la capacidad de abrir de par en par las puertas a la dimensión trascendente fue rápidamente seguida por la generalización de una mala utilización irresponsable, los riesgos de locura, los daños producidos en los cromosomas y el establecimiento de sanciones legales.

Un experimento fallido de proyección astral

Estamos tan profundamente inmersos en nuestra creencia en la existencia de un mundo objetivo material y predecible, que un repentino colapso de la realidad que nos es conocida y la violación del "tabú de saber quién se es" pueden verse acompañados por un indescriptible terror metafísico. Ilustraré este punto completando la historia de mi "proyección astral" de Baltimore a Praga a la que ya me he referido (págs.113-116). Interrumpí mi relato en el punto en el que me sentí atrapado en una espiral espacio-tiempo, sin saber en cuál de estas dos ciudades estaba realmente. He aquí el resto de esta aventura extraordinaria de la conciencia:

> Yo sentía la necesidad de tener una prueba mucho más convincente para saber si lo que estaba viviendo era "objetivamente real" en el sentido ordinario. Finalmente decidí hacer una comprobación: tomar una foto que había en la pared y comprobar más tarde, por correspondencia con mis padres, si algo desacostumbrado había sucedido en aquel momento en su piso. Fui a tomar la foto, pero antes de ser capaz de tocar el marco, me invadió un sentimiento cada vez más alarmante de que era extremadamente arriesgado y peligroso cogerla. De repente me sentí atacado por las fuerzas del mal y de una peligrosa magia negra. Me parecía que lo que estaba a punto de hacer era entrar en un juego peligroso cuyo precio era mi alma.
>
> Me detuve e hice un esfuerzo desesperado para entender lo que estaba sucediendo. Frente a mis ojos desfilaban imágenes

instantáneas de los casinos más famosos del mundo : Montecarlo, el Lido de Venecia, Las Vegas, Reno. Veía girar la bola de la ruleta a velocidades vertiginosas, subir y bajar las palancas de las máquinas tragaperras y rodar los dados en la superficie verde de las mesas de los juegos de azar. Había círculos de jugadores jugando a las cartas, grupos de apostadores jugando al bacará y una gran multitud de personas contemplando las luces parpadeantes de los anuncios luminosos. A todo ello le siguieron escenas de encuentros secretos de hombres de Estado, políticos, oficiales del ejército y científicos de primera clase.

Finalmente advertí el sentido del mensaje y me di cuenta de que todavía no había superado mi egocentrismo y no era capaz de resistir a la tentación del poder. La posibilidad de trascender las limitaciones del tiempo y del espacio me pareció embriagadora y peligrosamente seductora. Si podía ejercer el control sobre el tiempo y el espacio, tendría garantizados ingresos ilimitados de dinero junto con todo lo que éste puede comprar. Todo lo que tenía que hacer era ir al casino, a la Bolsa o a la administración de loterías más cercana. No existiría ningún secreto para mí si era capaz de dominar el tiempo y el espacio. Podría escuchar a escondidas los encuentros en la cumbre de dirigentes políticos y tener acceso a descubrimientos sumamente secretos. Esto abriría posibilidades nunca soñadas de dirigir el curso de los acontecimientos en el mundo.

Entendí los peligros que implicaba mi experimento. Recordé pasajes de diferentes libros espirituales que advertían de no jugar con poderes sobrenaturales antes de poder superar las limitaciones de nuestro ego y de alcanzar la madurez espiritual. Había algo que parecía incluso más relevante. Descubrí que yo era sumamente ambivalente en relación con el resultado de la prueba que estaba llevando a cabo. Por un parte, parecía extremadamente atrayente ser capaz de liberarme de la esclavitud del tiempo y del espacio. Por otra parte, era obvio que un resultado positivo de esta prueba tendría consecuencias serias y de

gran alcance. Obviamente no podría verse como un experimento aislado revelador de la naturaleza arbitraria del espacio y del tiempo.

Si pudiera obtener confirmación de que era posible manipular el entorno físico a distancia de varios miles de kilómetros, se desmoronaría todo mi universo como consecuencia de este solo experimento y me encontraría en un estado de extrema confusión metafísica. El mundo, tal como lo había conocido, ya no existiría más. Perdería todos los mapas en los que me basaba y con los que me sentía cómodo. No sabría quién soy, ni en dónde estaba ni en qué momento, estaría totalmente perdido en un universo terrorífico de leyes ajenas y desconocidas para mí. Si yo poseía aquellos poderes, probablemente otras muchas personas también los tendrían. Yo no tendría ninguna intimidad en ninguna parte y las puertas y paredes ya no me protegerían más. Mi nuevo mundo estaría lleno de peligros potenciales e imprevisibles de proporciones inimaginables.

No podía darme ánimos para llevar a cabo el experimento y decidí dejar sin resolver el problema de la objetividad y de la realidad de la experiencia. Esto me permitió jugar con la idea de que había sido capaz de trascender el tiempo y el espacio. Al mismo tiempo dejó abierta la posibilidad de ver todo el episodio como un engaño singular causado por una poderosa sustancia psicodélica. La idea de que la destrucción de la realidad tal como la conocía se verificaba objetivamente más allá de cualquier duda razonable era sencillamente demasiado aterradora.

En el momento en que abandoné el experimento, me encontré de nuevo en la habitación de Baltimore donde había tomado la sustancia y en dos horas mi experiencia se estabilizó y me congeló en la "realidad objetiva" conocida. Nunca me perdoné por haber desperdiciado un experimento tan excepcional y fantástico. Sin embargo, el recuerdo del terror metafísico que acompañó a aquella prueba me hace dudar de que pudiera ser más valiente si se me brindara una oportunidad similar en el futuro.

Los secretos de la falsa identidad

Ahora podemos resumir las comprensiones profundas procedentes de los estados holotrópicos en relación con el "tabú de saber quién se es". En todos los niveles de la creación, con excepción del Absoluto, la participación en el juego cósmico exige que las unidades de conciencia olviden su verdadera identidad, asuman una individualidad separada y traten a otros protagonistas como fundamentalmente diferentes de ellas. El proceso creador genera muchos campos con diferentes características y cada uno de ellos ofrece oportunidades únicas para tener aventuras exquisitas en la conciencia. La experiencia del mundo de la materia densa y la identificación con un organismo biológico que existe en este mundo es sólo una forma extrema de este proceso universal.

La maestría con la que el principio creador es capaz de representar los diferentes dominios de existencia parece hacer tan creíbles y convincentes cada uno de los roles que es extremadamente difícil detectar su naturaleza ilusoria. Además, las posibilidades de superar la ilusión de separación y de experimentar la reunión con la fuente están acompañadas por dificultades extremas y ambigüedades complejas. En esencia, no tenemos una identidad fija y podemos vivirnos como cualquier cosa de la realidad en el continuo que existe entre el yo encarnado y la Conciencia Absoluta. El alcance y grado de libre albedrío que tenemos como protagonistas en los diferentes niveles del juego cósmico disminuye a medida que la conciencia desciende desde el Absoluto al plano de la existencia material, y aumenta a lo largo del viaje de retorno espiritual. Puesto que por nuestra verdadera naturaleza somos seres ilimitados, entramos en el juego cósmico gracias a una decisión libre y nos sentimos atrapados por la perfección con la que se ejecuta.

10. JUGAR EL JUEGO CÓSMICO

> Dos pájaros de hermosas alas, amigos y compañeros, se posan en el mismo árbol y uno come el dulce fruto y el otro le mira y no come.
>
> *Rig Veda*

> ¡Qué poco conocemos eso que somos!
> ¡Cuánto menos lo que podemos ser!
>
> George Gordon, lord Byron

Los tres venenos del budismo tibetano

Ya hemos explorado con algún detalle la visión amplia y englobante de la creación y la imagen exaltada de la naturaleza humana surgida del trabajo con los estados holotrópicos. Cuando nos acercamos al final de nuestra historia, parece apropiado examinar las implicaciones prácticas que pueda tener esta información en nuestra vida cotidiana. ¿Cómo influye la introspección sistemática con estados holotrópicos en nuestro bienestar físico y emocional, nuestra personalidad, la visión que tenemos del mundo y nuestro sistema de valores? ¿Pueden los nuevos descubrimientos facilitarnos alguna orientación concreta que nos ayude a obtener el máximo de beneficio de lo que hemos aprendido? ¿Podemos servirnos del nuevo conocimiento para hacer nuestra vida más satisfactoria y gratificante?

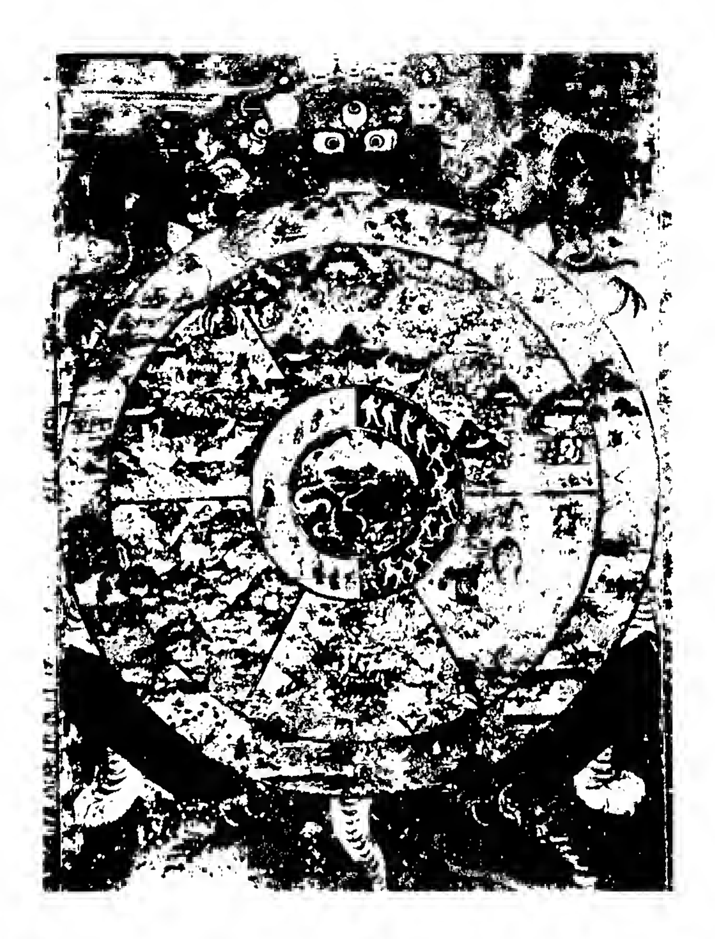


Figura 5. La Rueda Tibetana de la Vida sostenida por las garras del Señor de la Muerte. En el centro hay tres animales que simbolizan las fuerzas que perpetúan los ciclos de la muerte y del renacimiento: el gallo (la lujuria), la serpiente (la agresión) y el cerdo (la ignorancia). A su derecha se halla el camino oscuro con víctimas que descienden de un mal *karma* y al lado izquierdo el camino ligero y ascendente del buen *karma*. Los seis grandes segmentos de la rueda representan las esferas de la existencia en las que se puede nacer: la esfera de los dioses, la de las deidades guerreras, la de los espíritus hambrientos, el infierno, la esfera de los animales y la de los seres humanos. Los dibujos del borde de la rueda representan la cadena de causas y efectos que conducen al renacimiento.

Los maestros espirituales de todos los tiempos parecen estar de acuerdo en que la persecución de metas materiales en sí y por sí misma no puede aportarnos satisfacción, alegría y paz interior. La crisis global que aumenta a pasos agigantados, el deterioro moral y el descontento creciente que acompañan al aumento de riquezas materiales en las sociedades industriales dan testimonio de esta antigua verdad. Parece haber un acuerdo general en los textos místicos en que el remedio al malestar existencial que acosa a la humanidad radica en volverse hacia dentro, buscar las respuestas en nuestra propia psique y atravesar una profunda transformación psicoespiritual.

No es difícil entender que un importante requisito previo para llevar una existencia lograda es tener una inteligencia general: la capacidad de aprender y recordar, de pensar y razonar y de responder adecuadamente a nuestro entorno material. La investigación más reciente ha puesto el acento en la importancia de la "inteligencia emocional", o capacidad de responder adecuadamente a nuestro entorno humano y de manejar apropiadamente nuestras relaciones personales (Goleman 1996).

Las observaciones procedentes del estudio de estados holotrópicos confirman el principio esencial de la filosofía perenne de que la calidad de nuestra vida depende en última instancia de lo que se llama "inteligencia espiritual". Es la capacidad de vivir nuestra vida de forma que refleje una profunda comprensión filosófica y metafísica de la realidad y de nosotros mismos. Por supuesto, esto suscita interrogantes sobre la naturaleza de la transformación psicoespiritual que es necesaria para lograr esta forma de inteligencia, la dirección de los cambios que tenemos que hacer y los medios que pueden facilitar dicha evolución.

Una respuesta clara y concreta a esta cuestión puede encontrarse en las diferentes escuelas del budismo mahâyâna. Aquí podemos utilizar como base de nuestra exposición la famosa pintura tibetana (*tangka*) que describe el ciclo de la vida, de la muerte y del renacimiento. Representa la Rueda de la Vida sostenida entre las garras del terrible Señor de la Muerte. La rueda está divi-

dida en seis segmentos que representan las diferentes *lokas*, o esferas en las que se puede nacer. La esfera celestial de los dioses se muestra como algo que se halla amenazado desde el segmento adyacente por los celosos dioses guerreros o *asuras*. La región de los espíritus hambrientos está habitada por *pretas*, criaturas lamentables que representan una codicia insaciable. Tienen vientres gigantes, un enorme apetito y bocas como pequeños agujeros. Las restantes secciones de la rueda describen el mundo de los seres humanos, la región de los animales salvajes y el infierno. Dentro de la rueda existen dos círculos concéntricos. El exterior muestra las vías ascendente y descendente que recorren las almas. El círculo interior contiene tres animales: un cerdo, una serpiente y un gallo.

Los animales del centro de la rueda representan los "tres venenos" o fuerzas que, según las enseñanzas budistas, perpetúan los ciclos del nacimiento y de la muerte, y son la causa de todo el sufrimiento de nuestra vida. El cerdo simboliza la ignorancia sobre la naturaleza de la realidad y nuestra propia naturaleza; la serpiente representa la cólera y la agresión, y el gallo simboliza el deseo y la lujuria que conducen al apego. La cualidad de nuestra vida y nuestra capacidad para enfrentarnos a los desafíos de la existencia dependen fundamentalmente del grado en el que seamos capaces de eliminar o transformar estas fuerzas que gobiernan el mundo de los seres vivos. Contemplemos ahora desde esta perspectiva el proceso de introspección sistemática con estados holotrópicos de conciencia.

Conocimiento práctico y sabiduría trascendente

El beneficio más obvio que podemos obtener de un trabajo vivencial es tener acceso a un conocimiento extraordinario sobre nosotros mismos, los demás, la naturaleza y el cosmos. En los estados holotrópicos podemos alcanzar una profunda comprensión de la dinámica inconsciente de nuestra psique. Podemos descu-

brir cómo la valoración que tenemos de nosotros mismos y del mundo se halla influida por recuerdos olvidados o reprimidos de la niñez, la primera infancia, el nacimiento y la existencia prenatal. Además, en las experiencias transpersonales podemos identificarnos con otras personas, diversos animales, plantas y elementos del mundo inorgánico. Experiencias de este tipo suponen una fuente extremadamente rica de singulares comprensiones profundas sobre el mundo en que vivimos. En este proceso podemos obtener una gran cantidad de conocimientos que pueden servirnos en nuestra vida cotidiana. Sin embargo, la ignorancia simbolizada en los *tangkas* tibetanos por el cerdo no es la ausencia o falta de conocimiento en sentido ordinario. No significa simplemente el tener una información inadecuada sobre diversos aspectos del mundo material. La forma de ignorancia de la que se habla aquí (*avidyâ*) consiste en un error y en una confusión fundamentales sobre la naturaleza de la realidad y nuestra propia naturaleza. El único remedio para esta clase de ignorancia es la sabiduría trascendente (*prajñâpâramitâ*). Desde este punto de vista es muy importante que el trabajo interno con los estados holotrópicos ofrezca algo más que un simple aumento de nuestros conocimientos sobre el universo. Es también una forma única de obtener comprensiones profundas sobre temas de relevancia trascendente, como ya hemos visto a lo largo de este libro.

Las raíces biográficas, perinatales y transpersonales de la agresión

Consideremos ahora desde la misma perspectiva el segundo "veneno" de la propensión humana a la agresión. La naturaleza y alcance de la agresión humana no pueden explicarse simplemente haciendo una referencia a nuestro origen animal. Considerar a los seres humanos como "monos desnudos" cuya agresión es el resultado de algunos factores que tenemos en común con los animales, como los instintos básicos, las estrategias genéticas de los

"genes egoístas" o las señales procedentes del "cerebro reptiliano" no toman en consideración la naturaleza y el alcance de la violencia humana. Los animales se muestran agresivos cuando están hambrientos, defienden su territorio o compiten por aparearse. La violencia mostrada por los seres humanos, que Erich Fromm llamó "agresión maligna" (Fromm 1973), no tiene paralelismo alguno en el reino animal.

La mayoría de los psicólogos y psiquiatras atribuyen la agresión exclusivamente humana a una historia de frustraciones, abusos y falta de amor durante la primera infancia y la niñez. Sin embargo, las explicaciones de este tipo no explican en absoluto las formas extremas de violencia individual como la que suponen los asesinos en serie, como el estrangulador de Boston o Geoffrey Dahmer, y especialmente fenómenos sociales de masas como el nazismo y el comunismo. Las dificultades de la primera parte de la historia biográfica de los individuos ayudan muy poco a comprender los motivos psicológicos de las guerras sangrientas, las revoluciones, los genocidios y los campos de concentración, fenómenos que implican a un gran número de personas. La introspección basada en los estados holotrópicos arroja una luz completamente nueva sobre el problema de estas formas de violencia humana. Al adentrarnos en la profundidad de nuestra psique, descubrimos que las raíces de esta problemática, de este aspecto peligroso de la naturaleza humana, son mucho más profundas y más graves de lo que los psicólogos ortodoxos hubieran jamás imaginado.

No hay duda alguna de que los traumas y las frustraciones de la niñez y de la primera infancia constituyen una fuente importante de agresión. Sin embargo, esta conexión apenas araña la superficie del problema. Más pronto o más tarde, el trabajo sistemático interno revela otras raíces significativas de la violencia humana en el trauma del nacimiento biológico. El emerger a la vida, el dolor y la asfixia que se experimenta durante muchas horas durante nuestro nacimiento, generan grandes niveles de ansiedad y de agresión asesina que permanecen almacenadas en nuestra psique y en nuestro cuerpo. Este depósito de desconfian-

za y hostilidad fundamental hacia el mundo constituye un aspecto significativo del lado oscuro de la personalidad humana que C. G. Jung llamó la Sombra.

Como ya hemos visto, el volver a vivir el nacimiento en los estados holotrópicos normalmente hace surgir imágenes de una violencia inconcebible, tanto individual como colectiva. Esto incluye experiencias de mutilación, asesinato y violación, así como escenas de guerras sangrientas, revoluciones, revueltas raciales y campos de concentración. Lloyd deMause (1975), pionero en el campo de la psicohistoria, disciplina que aplica los métodos de la psicología profunda a los acontecimientos sociopolíticos, estudió los discursos de dirigentes políticos y militares, así como carteles y caricaturas de épocas de guerra y dc revoluciones. Quedó sorprendido por la abundancia que encontró en todo este material de alusiones verbales, metáforas e imágenes relacionadas con el nacimiento biológico.

Los dirigentes militares y los políticos de todos los tiempos, cuando se refieren a una situación crítica o declaran una guerra, suelen utilizar términos que describen diversos aspectos de la angustia perinatal. Acusan al enemigo de golpearnos y estrangularnos, exprimir el último aliento de nuestros pulmones, confinarnos y no darnos suficiente espacio para vivir (el *lebensraum* de Hitler). Igualmente frecuentes son las alusiones a arenas movedizas, cuevas oscuras, túneles y laberintos confusos, peligrosos abismos a los que podemos ser empujados, junto con la amenaza de ahogarnos o de ser tragados.

Igualmente, las promesas de victoria de los dirigentes tienden a adoptar la forma de imágenes perinatales. Prometen rescatarnos de la oscuridad del laberinto traicionero y guiarnos a la luz que hay al otro lado del túnel. Juran que cuando el opresor haya sido vencido, todo el mundo respirará libremente. En otro contexto he mostrado la profunda semejanza que existe entre las pinturas y los dibujos que describen las experiencias perinatales y el simbolismo de los carteles y caricaturas en época de guerras y revoluciones (Grof 1996).

Sin embargo, ni siquiera las explicaciones que reconocen los orígenes perinatales de la agresión dan cuenta exacta de la naturaleza, alcance y profundidad de la violencia humana. Sus raíces más hondas van mucho más allá de los límites individuales hasta alcanzar el ámbito transpersonal. En los estados holotrópicos adoptan la forma de deidades coléricas, diablos y demonios, y de temas mitológicos complejos, como el Apocalipsis o el Ragnarok, el Crepúsculo de los Dioses. En capítulos anteriores he dado varios ejemplos de estas oscuras fuerzas arquetípicas que operan en la profundidad de nuestra psique. Otros depósitos potenciales de agresión en el nivel transpersonal son los recuerdos de vidas pasadas y las matrices filogenéticas que reflejan nuestro pasado animal.

Como hemos visto, el estudio de los estados holotrópicos desvela una imagen demoledora y desesperanzadora de la naturaleza humana, así como del alcance y la profundidad de la agresión de la que nuestra carne es heredera. Sin embargo, al mismo tiempo que revela la enormidad del problema, también ofrece perspectivas y esperanzas completamente nuevas. Muestra que existen formas extraordinariamente poderosas y eficaces de afrontar la violencia humana. En el trabajo vivencial profundo que alcanza los niveles perinatales y transpersonales, se puede expresar con toda seguridad un gran nivel de agresión, se puede trabajar con ella atravesándola, y transformarla en un tiempo relativamente corto. Este trabajo también arroja una nueva luz sobre la naturaleza de la agresión y su relación con la psique humana. Según estas comprensiones penetrantes, la agresión no es algo que refleje nuestra verdadera naturaleza, sino más bien una pantalla que nos separa de ella.

Cuando logramos penetrar al otro lado del velo oscuro de las fuerzas elementales y destructivas, descubrimos que el núcleo más interno de nuestro ser es divino y no animal. Esta revelación está totalmente en concordancia con el famoso pasaje de las *Upanishads* hindúes que cité anteriormente. El mensaje de estas antiguas escrituras es muy claro: «*Tat vam asi*» (Tú eres Eso); «en tu

naturaleza más profunda tienes la misma identidad que lo Divino». Según mi propia experiencia, un trabajo responsable con los estados holotrópicos puede aportar resultados prácticos muy alentadores. La introspección profunda conduce generalmente a una reducción importante de la agresión y de las tendencias autodestructivas, así como a un aumento de la tolerancia y la compasión. También tiende a reforzar la reverencia por la vida, la empatía por otras especies y la sensibilidad ecológica.

Fuentes psicoespirituales de la insaciable codicia

Esto nos lleva al tercer "veneno" del budismo tibetano, una poderosa fuerza que combina las características de lujuria, deseo y codicia insaciables. Junto con la "agresión maligna", estos rasgos son sin duda los causantes de los capítulos más oscuros de la historia de la humanidad. Los psicólogos occidentales vinculan diversos aspectos de esta fuerza a los impulsos de la libido descritos por Sigmund Freud. Desde esta perspectiva, la codicia insaciable podría explicarse en función de los problemas orales no resueltos en el período de la lactancia. Igualmente, la excesiva preocupación por el dinero estaría asociada con los impulsos anales reprimidos y los excesos sexuales reflejarían una fijación fálica. El ansia de poder fue descrita de una forma más completa en la psicología del discípulo renegado de Freud, Alfred Adler, que la consideró una compensación a los sentimientos de inferioridad e inadecuación.

Estas comprensiones penetrantes procedentes de los estados holotrópicos enriquecen considerablemente este panorama. Revelan profundas fuentes adicionales de este aspecto de la naturaleza humana en los niveles perinatales y transpersonales de la psique. Cuando nuestro proceso de autoexploración vivencial alcanza el nivel perinatal, es típico que descubramos que nuestra existencia ha sido hasta cierto punto muy poco auténtica. Para nuestra sorpresa y asombro nos damos cuenta de que la estrategia de toda

nuestra vida ha seguido una dirección equivocada. Se nos hace obvio que gran parte de aquello por lo que hemos estado esforzándonos ha sido dictado en gran medida por las emociones inconscientes y las energías impulsivas que fueron impresas en nuestra psique y en nuestro cuerpo en el momento de nuestro nacimiento.

El recuerdo de la situación enormemente incómoda a la que fuimos expuestos en el momento de nuestro nacimiento permanece vivo en nuestro sistema. Ejerce una poderosísima influencia en nosotros a lo largo de toda nuestra vida, a menos que la hagamos surgir plenamente a la conciencia y la trabajemos de una forma sistemática mediante la introspección. Gran parte de lo que hacemos en la vida y cómo lo hacemos puede entenderse como esfuerzos tardíos para afrontar esta *gestalt* incompleta del nacimiento y el miedo a la muerte que la acompaña.

Cuando este recuerdo traumático se halla cerca de la superficie de nuestra psique, produce sentimientos de insatisfacción con nuestra situación actual. En sí misma, esta incomodidad es inconcreta y amorfa, pero puede proyectarse en un gran espectro de motivos. Podemos atribuirla a nuestro aspecto físico que no nos gusta, a que nuestros recursos no son suficientes o a la falta de posesiones materiales. Puede parecernos que la razón de nuestra insatisfacción es nuestro bajo estatus social y nuestra falta de influencia en el mundo. Podemos creer que el origen de nuestro descontento es no tener suficiente poder, fama, conocimiento o habilidades y otras muchas cosas.

Cualquiera que pueda ser la realidad de las circunstancias presentes, la situación nunca parece satisfactoria y la solución siempre parece radicar en el futuro. Al igual que el feto atascado que se esfuerza en el canal del parto, sentimos una fuerte necesidad de llegar a una situación mejor que la actual. Como consecuencia de este impulso imperioso hacia algún futuro logro, nunca vivimos plenamente el presente y nuestra vida parece una preparación para algo mejor que siempre está por venir.

Nuestra fantasía reacciona a este sentimiento de insatisfacción existencial creando una imagen de una situación futura que

podría aportarnos satisfacción y corregiría las deficiencias y carencias percibidas. Los existencialistas hablan de este mecanismo como una "autoproyección" en el futuro. La aplicación constante de esta estrategia tiene como consecuencia un patrón de vida comúnmente llamado tipo de existencia encerrado en la "rueda de la rutina" o en la "lucha competitiva", persiguiendo espejismos imaginarios de una futura felicidad, mientras que no se es capaz de disfrutar plenamente de lo que hay en el presente. Este enfoque erróneo, falso e insatisfactorio de la existencia puede practicarse a lo largo de toda la vida hasta que la muerte nos trae el "momento de la verdad" y revela implacablemente su vacío y su futilidad.

Autoproyectarse en el futuro como forma de corregir la insatisfacción existencial es una "estrategia de perdedor", tanto si logramos como si no nuestras metas deseadas, ya que está basada en un error fundamental y en una falsa percepción de nuestras necesidades. Por esta razón, nunca puede llevarnos a la satisfacción que esperamos de ella. Cuando no somos capaces de alcanzar las metas que imaginamos, atribuimos nuestra insatisfacción permanente a nuestro fracaso en alcanzar las supuestas medidas correctivas. Cuando logramos alcanzar dichas metas, lo normal es que esto no nos aporte lo que esperábamos y que nuestros sentimientos de insatisfacción no sean aliviados. Por añadidura, no somos capaces de diagnosticar correctamente por qué seguimos sintiéndonos insatisfechos. No nos damos cuenta de que estamos siguiendo una estrategia de existencia fundamentalmente equivocada, una estrategia que no puede aportarnos satisfacción sean cuales fueren sus resultados. Habitualmente atribuimos el fracaso al hecho de que la meta no era suficientemente ambiciosa o de que el objetivo concreto de la meta en cuestión era equivocado.

Este patrón de comportamiento suele conducir a una persecución irracional e incesante de diversos objetivos grandiosos que son los causantes de muchos de los problemas de nuestro mundo y cuya consecuencia es la existencia de gran parte del sufrimiento humano. Esta estrategia carece de cualquier conexión con las

realidades de la vida, y así puede llevarse a cabo en muchos niveles diferentes. Puesto que nunca nos aporta la verdadera satisfacción, no existe gran diferencia si el protagonista es pobre o tan millonario como Aristóteles Onassis o Howard Hughes; una vez que nuestras necesidades de supervivencia básicas están satisfechas, la calidad de nuestra experiencia de vida tiene mucho más que ver con nuestro estado de conciencia que con las circunstancias externas.

En realidad los esfuerzos mal encaminados en pos de obtener la satisfacción de metas externas pueden tener resultados paradójicos. He trabajado con personas que, después de décadas de arduo trabajo y lucha, finalmente alcanzaron la meta que habían soñado toda su vida, y al día siguiente tenían una depresión profunda. Joseph Campbell describió esta situación como «llegar al final de la escalera y descubrir que está apoyada en la pared equivocada». Este patrón de frustración se puede debilitar considerablemente haciendo aflorar plenamente a la conciencia el recuerdo del nacimiento, afrontando el miedo a la muerte que le acompaña y viviendo un renacimiento psicoespiritual. Al conectar vivencialmente con el recuerdo de la situación prenatal o postnatal en lugar de con la huella impresa por la lucha que conlleva el nacimiento, reducimos significativamente la incesante preocupación por los logros futuros y somos capaces de obtener mucha más satisfacción del presente.

Sin embargo, las raíces de nuestra insatisfacción y de nuestro malestar existencial son mucho más profundas y se hunden más allá del nivel perinatal. En última instancia, el ansia insaciable que impulsa la vida humana es de naturaleza trascendente. En palabras de Dante Alighieri (1989), el gran poeta italiano del Renacimiento, «el deseo de perfección es ese deseo que siempre hace que cualquier placer parezca incompleto, pues no hay alegría ni placer tan grande en esta vida que pueda apagar la sed de nuestra alma». En el sentido más general, la raíces transpersonales más hondas del ansia insaciable pueden entenderse conforme al concepto de Ken Wilber del Proyecto Atman (Wilber 1980).

Wilber exploró y describió las consecuencias concretas de la propuesta básica de la filosofía perenne, que afirma que nuestra verdadera naturaleza es divina. Esta esencia de nuestra existencia ha sido llamada con diferentes nombres: Dios, Cristo cósmico, Keter, Alá, el Buda, Brahman, el Tao y otros muchos. Aunque el proceso de creación nos separa y nos aliena de nuestra fuente cósmica, nuestra identidad divina, la conciencia de esta conexión nunca se pierde por completo. La fuerza motivadora más profunda de la psique humana en todos los niveles de nuestro desarrollo es el ansia de retornar a la experiencia de nuestra divinidad. Sin embargo, las condiciones limitadoras de la existencia encarnada no permiten la experiencia de una plena liberación espiritual en Dios y como Dios.

Así pues, podemos servirnos aquí a modo de ejemplo de una historia sobre Alejandro Magno, personaje cuyos logros históricos serían difíciles de igualar. Llegó más lejos en el logro de un estatus divino en el mundo material de lo que cualquier ser humano podría esperar. Esto se expresaba de hecho en uno de los atributos que normalmente se asociaba a su nombre: el divino Alejandro. La historia es la siguiente:

Después de una serie de victorias militares sin parangón con las que había conquistado los vastos territorios comprendidos entre su nativa Macedonia y la India, Alejandro llegó finalmente a este país. Allí oyó de un yogui que tenía poderes extraordinarios, o *siddhis*, entre otros, la capacidad de ver el futuro. Alejandro decidió hacerle una visita. Cuando llegó a la cueva donde vivía el yogui, el sabio estaba inmerso en su habitual práctica espiritual. Alejandro interrumpió impacientemente su meditación, preguntándole si realmente tenía el poder de ver el futuro. El yogui asintió en silencio y volvió a su meditación. Alejandro le interrumpió de nuevo con otra pregunta urgente: «¿Puedes decirme si mi conquista de la India tendrá éxito?». El yogui meditó durante unos instantes y después abrió lentamente los ojos. Tras mirar largamente y con dulzura a Alejandro, le dijo lleno de compasión: «Lo que necesitarás al final de todo son unos nueve palmos de tierra».

Sería difícil encontrar un ejemplo más conmovedor de nuestro dilema humano, de nuestro desesperado esfuerzo para buscar la realización de nuestra divinidad a través de medios materiales. La única forma en que podemos alcanzar nuestro pleno potencial como seres divinos es a través de una experiencia interna. Esto exige la muerte y la trascendencia de nuestro yo separado, morir a nuestra identidad como "ego encapsulado en una piel". Por nuestro miedo a la aniquilación y por nuestro aferrarnos al ego, hemos establecido sustitutos del Atman. Éstos cambian a medida que avanzamos en la vida y son siempre diferentes y concretos para una etapa determinada.

Para el feto y para el recién nacido, el Atman sustituto es el estado de felicidad experimentado en un "buen útero" y con un "buen pecho". Para un bebé es la satisfacción de los impulsos fisiológicos básicos y la necesidad de seguridad. Para cuando alcanzamos la edad adulta, el proyecto Atman tiene una gran complejidad. El Atman sustituto cubre entonces un amplio espectro e incluye, además de los alimentos y el sexo, también el dinero, la fama, el poder, la apariencia, el conocimiento y otras muchas cosas. Al mismo tiempo, todos nosotros tenemos un profundo sentido de que nuestra identidad es la totalidad de la creación cósmica y el principio creador mismo. Por esta razón, los sustitutos siempre serán insatisfactorios, sea cual sea su alcance y naturaleza. La solución definitiva del ansia insaciable se halla en el mundo interno, no en empeños mundanos de ningún tipo, por muy grandioso que sea. Sólo la vivencia de la propia divinidad en un estado no ordinario de conciencia puede satisfacer realmente nuestras necesidades más profundas.

El poeta místico persa Rûmî lo dejó muy claro: «El santo sabe que todas las esperanzas, deseos, amores y apegos que las personas tienen por diferentes cosas –padres, madres, amigos, cielos, la tierra, palacios, ciencias, obras, comida, bebida– son un anhelo de Dios y que todas ellas son únicamente velos. Cuando los seres humanos dejen este mundo y vean al Rey sin estos velos, sabrán que eran velos y capas, que el objeto de su deseo era en

realidad «esa Única Cosa» (Hines 1996). Thomas Traherne, poeta y sacerdote inglés del siglo XII, que fue un ardiente expositor de la forma de vida que él llamó "júbilo", llegó a la misma comprensión después de tener una profunda experiencia mística. He aquí un pasaje de su descripción de este acontecimiento:

> Las calles eran mías, el templo era mío, las personas eran mías. Los cielos eran míos y también el sol, la luz y las estrellas, y todo el mundo era mío, y yo era el único espectador y el único que disfrutaba de todo ello. No veía propiedades consolidadas, ni límites, ni divisiones, sino que todas las propiedades y divisiones eran mías, así como todos los tesoros y sus poseedores. Por tanto, yo estaba sin más corrompido y hecho para aprender los sucios artilugios de este mundo, que ahora desaprendo convirtiéndome de nuevo, por así decirlo, en un niño pequeño para poder entrar en el reino de Dios.

Recorrer el camino místico con pies prácticos

Si aceptamos que el universo material tal como lo conocemos no es un sistema mecánico, sino una realidad virtual creada por la Conciencia Absoluta por medio de una orquestación infinitamente compleja de experiencias, ¿cuáles son las consecuencias prácticas de esta comprensión profunda? ¿Y qué influencia tiene la toma de conciencia de que nuestro ser está en armonía con todo lo que el principio cósmico creador ha puesto en nuestro sistema de valores y en la forma en que vivimos? Éstas son preguntas de una gran relevancia teórica y práctica, no sólo para cada uno de nosotros como individuos, sino para toda la humanidad como especie y para el futuro de la vida en este planeta. Al intentar responderlas, consideraremos de nuevo las comprensiones profundas de las personas que han vivido estados holotrópicos de conciencia.

Para muchas religiones, la receta para afrontar las dificultades de la vida es reducir la importancia del plano terrenal y centrarse

en los dominios trascendentes. Algunos de estos credos recomiendan un desplazamiento de la atención y de la fuerza puesta en el mundo material a otras realidades. Sugieren la oración y la devoción como forma de comunicar con las esferas y los seres superiores. Otras ofrecen y recalcan el acceso vivencial directo a dominios trascendentes por medio de la meditación y de otras formas de práctica espiritual personal. Los sistemas religiosos que tienen esta orientación conciben el mundo material como un ámbito inferior que es imperfecto, impuro y que conduce a la insatisfacción y a la infelicidad. Desde su punto de vista, la realidad parece ser un valle de lágrimas y la existencia encarnada una maldición o una pesadilla de muerte y renacimiento.

Estos credos y sus ministros brindan a sus devotos seguidores la promesa de un reino más deseable o de un estado de conciencia más satisfactorio en el Más Allá. Pero en las formas más primitivas de creencias populares, se trata de diversas formas de moradas de los bienaventurados, de paraísos o cielos. Éstos son accesibles tras la muerte a aquéllos que cumplieron los requisitos necesarios definidos por sus respectivas teologías. Para los sistemas más elaborados y refinados de este tipo, los cielos y los paraísos son sólo etapas del viaje espiritual, y su destino final es la disolución de los límites personales y la unión con lo divino, o la extinción del fuego de la vida y la desaparición en la nada (*nirvâna*).

Según la religión jainista, en nuestra naturaleza más profunda somos mónadas prístinas de conciencia (*jîvas*) y estamos contaminados por nuestra atadura al mundo de la biología. La meta de la práctica jainista es reducir drásticamente nuestra participación en el mundo de la materia, liberarnos de su influencia contaminante y recuperar nuestro estatus primordial. Otro ejemplo es la forma original de budismo llamado theravada o hînayâna ("el pequeño vehículo"). Esta escuela de budismo es una austera tradición monástica que brinda la enseñanza y la disciplina espiritual necesarias para lograr la iluminación y la liberación personal. Su ideal es el *arhat*, el santo o sabio en su etapa más elevada de desarrollo, que vive como eremita separado del mundo. En el ve-

danta hindú puede encontrarse un énfasis similar en la liberación personal (*moksa*).

Sin embargo, otras orientaciones espirituales afirman la creencia de la naturaleza y del mundo material como contenedores que encarnan lo Divino. Así, las ramas tántricas del jainismo, del hinduismo y del budismo poseen una orientación que claramente afirma y celebra la vida. Igualmente, el budismo mahâyâna ("el gran vehículo") enseña que podemos alcanzar la liberación en medio de la vida cotidiana si nos liberamos de los tres "venenos": la ignorancia, la agresión y el deseo. Cuando lo logramos, el *samsâra*, o mundo de ilusión, nacimiento y muerte, se convierte en *nirvâna*. Diversas escuelas mahâyana recalcan el papel crucial de la compasión como expresión fundamental de la realización espiritual. Su ideal es el *bodhisattva*, a quien le preocupa no sólo en su propia iluminación, sino también la liberación de todos los seres vivos.

Echemos una ojeada a este dilema sirviéndonos de las comprensiones profundas que se tienen en los estados holotrópicos. ¿Qué podemos obtener apartándonos de la vida y escapándonos del plano material para acercarnos a las realidades trascendentes? Y, a la inversa, ¿cuál es el valor de aceptar incondicionalmente el mundo de la realidad cotidiana? Muchos sistemas espirituales definen la meta del viaje espiritual como disolución de los límites personales y la reunión con lo Divino. Sin embargo, aquéllos que realmente han tenido la experiencia en sus exploraciones internas de identificación con la Conciencia Absoluta se han percatado de que definir la meta final del viaje espiritual como la experiencia de unidad con el principio supremo de la existencia implica un grave problema.

Estas personas se percatan de que la Conciencia Absoluta e indiferenciada o Vacío representa no sólo el fin del viaje espiritual, sino también el origen y el comienzo de la creación. Lo Divino es el principio que ofrece la reunión para lo que está separado, pero es también el agente responsable de la división y separación de la unidad original. Si este principio fuera completo y autorrealizador

en sí mismo, no tendría ninguna razón para crear y los demás dominios existenciales no existirían. Pero, puesto que existen, la tendencia a crear de la Conciencia Absoluta expresa claramente una "necesidad" fundamental. Los mundos de pluralidad constituyen así un complemento importante al estado indiferenciado de lo Divino. En la terminología de la Cábala, «los seres humanos necesitan a Dios y Dios necesita a los seres humanos».

En relación con el principio creador, el esquema general del drama cósmico implica una interrelación dinámica de dos fuerzas fundamentales, una de las cuales es centrífuga (*hylotrópica* u orientada hacia la materia) y la otra centrípeta (*holotrópica* o dirigida a la totalidad). La Conciencia Cósmica indiferenciada muestra una tendencia elemental a crear mundos de pluralidad que contienen innumerables seres separados (antes ya hemos expuesto alguna de las posibles "razones" o "motivos" de esta propensión a generar realidades virtuales). Y, a la inversa, las unidades individualizadas de conciencia experimentan su separación y alienación como algo doloroso y manifiestan una fuerte necesidad de retornar a la fuente y reunirse con ella. La identificación con el yo encarnado está plagada, entre otras cosas, de sufrimiento emocional y físico, limitaciones espaciales y temporales, impermanencia y muerte.

Podemos vivir este conflicto dinámico en toda su máxima expresión cuando nuestra autoexploración de los estados holotrópicos nos lleva al borde de la muerte del ego. En este punto oscilamos y nos vemos desgarrados entre estas dos fuerzas poderosas. Una parte de nosotros, la holotrópica, desea trascender la identificación con el ego corporal y experimentar su disolución y la unión con una totalidad más amplia. La otra parte, la hylotrópica, se ve arrastrada, por el miedo a la muerte y por el instinto de conservación, a mantener nuestra identidad separada. Este conflicto es muy intenso y puede suponer un grave obstáculo al proceso de transformación psicoespiritual. Al final exige que nos rindamos y sacrifiquemos la identidad que conocemos, sin saber con qué sustituirla, si es que existe alguna sustitución.

Aunque nuestra forma concreta de estar en el mundo no sea especialmente cómoda, tal vez nos aferremos ansiosamente a ella cuando desconocemos la alternativa que tenemos. Así pues, en lo más profundo de nosotros seguimos sintiendo que nuestra existencia, como yo separado y encarnado en el mundo material, no es genuina en sí misma y por sí misma y no puede satisfacer nuestras necesidades más internas. Sentimos un fuerte impulso de trascender nuestros límites y recuperar nuestra verdadera identidad. A esto ayuda saber intelectualmente, antes de implicarnos en un trabajo interno sistemático, que vivir la muerte del ego es una experiencia simbólica y no entraña ninguna muerte ni aniquilación real. Sin embargo, el miedo a morir y a rendir el ego es tan abrumador y compulsivo que, cuando lo estamos viviendo, es difícil confiar en este conocimiento y encontrar en él algún consuelo.

Si es verdad que nuestra psique está regida por estas dos poderosas fuerzas cósmicas, la hylotrópica y la holotrópica, y que éstas se hallan fundamentalmente en conflicto entre sí, ¿existe algún enfoque de la existencia que pueda afrontar adecuadamente esta situación? Puesto que ni la existencia separada ni la unidad indiferenciada son plenamente satisfactorias, ¿cuál es la alternativa? ¿Es posible en estas circunstancias encontrar una solución, una estrategia de vida que pueda solucionar esta paradoja? ¿Podemos encontrar un ojo en el huracán de estas tendencias cósmicas conflictivas en el que podamos reposar en paz? ¿Podemos encontrar satisfacción en un universo cuyo entramado está formado por fuerzas que se oponen entre sí?

Es obvio que la solución no consiste en rechazar la existencia encarnada como inferior y sin valor e intentar escapar a ella. Hemos visto que los mundos que se experimentan, incluido el mundo de la materia, constituyen no sólo un complemento importante y válido, sino también absolutamente necesario, al estado indiferenciado del principio creador. Al mismo tiempo, nuestros esfuerzos por alcanzar la satisfacción y la paz mental fracasarán por fuerza, y posiblemente tendrán resultados negativos, si sólo

abarcan objetos y metas del mundo material. Cualquier solución satisfactoria tendrá pues que incluir tanto las dimensiones terrenales como las trascendentes, tanto el mundo de las formas como el mundo sin formas.

El universo material tal como lo conocemos ofrece innumerables posibilidades de aventuras extraordinarias de la conciencia. En tanto que "yo" encarnado, podemos observar el espectáculo de los cielos con sus miles de millones de galaxias, fascinantes salidas y puestas de sol, lunas nuevas y lunas llenas, o la maravilla de los eclipses lunares y solares. Podemos contemplar los fantásticos despliegues de nubes, la apacible belleza de los arcos iris y el brillante resplandor de la aurora boreal. En la superficie de la tierra, la naturaleza ha creado una infinita variedad de paisajes, desde los grandes océanos, ríos y lagos, a las gigantescas cadenas montañosas, los desiertos silenciosos y la fría belleza del Ártico. Todo esto, junto con la asombrosa variedad de formas de vida que existen en los reinos animal y vegetal, proporciona oportunidades ilimitadas para tener experiencias únicas.

Sólo en la forma física y en el plano material podemos enamorarnos, disfrutar del éxtasis del sexo, tener hijos, escuchar la música de Beethoven o admirar los cuadros de Rembrandt. ¿En qué otro lugar sino en la Tierra podríamos escuchar el canto del ruiseñor o degustar un helado de chocolate? Podríamos añadir a nuestra lista el disfrute de los deportes y de los viajes, de tocar instrumentos musicales o pintar, y otras muchas actividades. El mundo material brinda infinitas posibilidades de investigar los dominios orgánico e inorgánico, la superficie de la tierra, la profundidad del océano y las grandes distancias interestelares. Las oportunidades para explorar el micromundo y el macromundo son virtualmente ilimitadas. Además de las experiencias del presente, también existe la aventura de probar el misterioso pasado, desde las antiguas civilizaciones y el mundo antediluviano a los acontecimientos que se produjeron durante los primeros microsegundos del *big bang*.

Los beneficios de la introspección en la práctica espiritual

Participar en el mundo fenoménico y ser capaz de vivir este rico espectro de aventuras exige un cierto grado de identificación con el yo encarnado y afecta al mundo de la materia. Sin embargo, cuando nuestra identificación con el ego corporal es absoluta y nuestra creencia en él es la única realidad inquebrantable, es imposible disfrutar plenamente de nuestra participación en la creación. Los fantasmas de la insignificancia personal, la impermanencia y la muerte pueden oscurecer totalmente el lado positivo de la vida y robarnos la alegría de vivir. A todo esto también tenemos que añadir nuestra frustración producida por los repetidos y vanos intentos de desplegar todo nuestro potencial divino dentro de las restricciones que nos imponen los límites de nuestro cuerpo y del mundo material.

Para encontrar la solución a este dilema debemos mirar hacia dentro. Las experiencias repetidas de los estados holotrópicos tienden a debilitar nuestra creencia de que somos un "ego encapsulado en una piel". Seguimos identificándonos con el ego corporal a efectos prácticos, pero esta identificación se vuelve más provisional y se toma como un juego. Si tenemos suficiente conocimiento existencial de los aspectos transpersonales de la existencia, incluida nuestra verdadera identidad y nuestro estatus cósmico, la vida cotidiana se vuelve mucho más fácil y más satisfactoria. A medida que progresa nuestra búsqueda interior, antes o después descubrimos igualmente la vacuidad esencial que hay detrás de todas las formas. Como sugieren las enseñanzas budistas, el conocimiento de la naturaleza virtual del mundo fenoménico y su vacío puede ayudarnos a conseguir liberarnos del sufrimiento. Esto incluye el reconocimiento de que la creencia de que exista en nuestra vida cualquier yo separado, incluido el nuestro, es en definitiva una ilusión. En los textos budistas, el darse cuenta de la vacuidad esencial de todas las formas y la consecuente toma de conciencia de que no existen "yoes" separados se llama *anatta,* que literalmente significa "no-Yo".

Jack Kornfield, psicólogo e instructor budista de vipassana, describe su primer contacto con el concepto de *anatta* durante un encuentro que tuvo con el fallecido maestro espiritual tibetano Kalu Rinpoche. Intentando aprovecharse al máximo de su encuentro con este ser humano extraordinario, Jack le preguntó con la ansiedad de un neófito devoto: «¿Podría describirme en pocas frases la esencia misma de las enseñanzas budistas?». Kalu Rinpoche respondió: «Podría hacerlo, pero no me creerías y te llevaría muchos años entender lo que quiero decir». Jack insistió amablemente: «Por favor, ¿me lo podría decir de todos modos? Me gustaría conocerla». La respuesta de Kalu Rinpoche fue breve y sucinta: «En realidad, no existes».

La conciencia de nuestra naturaleza divina y de la vacuidad esencial de todas las cosas que descubrimos en nuestras experiencias transpersonales, constituye el fundamento del metamarco que puede ayudarnos considerablemente a afrontar la complejidad de la existencia cotidiana. Podemos aceptar plenamente la experiencia del mundo material y disfrutar todo lo que éste ofrece, como la belleza de la naturaleza, las relaciones humanas, hacer el amor, la familia, las obras de arte, los deportes, las delicias culinarias y otras muchas cosas.

Sin embargo, hagamos lo que hagamos, la vida nos traerá obstáculos, desafíos, experiencias dolorosas y pérdidas. Cuando las cosas se ponen muy difíciles y el panorama se vuelve desolador, podemos invocar la vasta perspectiva cósmica que hemos descubierto en nuestra búsqueda interior. La conexión con realidades superiores y el conocimiento liberador de *anatta*, así como la vacuidad que hay detrás de todas las cosas, hacen posible tolerar lo que de otra forma podría ser insoportable. Con la ayuda de esta conciencia trascendente podríamos ser capaces de vivir plenamente todo el espectro de la vida o "la catástrofe total", como la llamaba Zorba el griego.

La introspección sistemática utilizando las experiencias holotrópicas también pueden ayudarnos a reforzar y refinar nuestra percepción sensorial del mundo. Esta "limpieza de las puertas de

la percepción", como la llamaba Aldous Huxley, refiriéndose al poema de William Blake, permite apreciar y disfrutar plenamente todas las posibilidades de la aventura de la conciencia que conlleva la existencia encarnada. El aumento general de entusiasmo es muy espectacular durante los estados místicos y las horas o los días siguientes. A veces es tan intenso que podemos hablar de una "luminiscencia de los rescoldos". En una forma más mitigada, este aumento de entusiasmo y, en general, un reforzamiento de la calidad de vida constituyen los efectos siguientes y duraderos de estas revelaciones místicas.

Una persona cuya experiencia de vida se limita a la forma hylotrópica de conciencia y que no ha tenido acceso vivencial a las dimensiones trascendentes y numinosas de la realidad encontrará muy difícil superar el miedo a la muerte, tan hondamente arraigado en casi todo el mundo, y hallar un significado más profundo en la vida. En estas circunstancias, gran parte de la conducta diaria se halla motivada por las necesidades del falso ego, y muchos aspectos significativos de la vida son reactivos y falsos. Por esta razón es esencial completar las actividades prácticas cotidianas con alguna forma de práctica espiritual sistemática que proporcione un acceso vivencial a los dominios trascendentes.

En las sociedades preindustriales existía la oportunidad de tener experiencias trascendentes; sus muchas y variadas formas abarcan desde los rituales chamánicos, los ritos de paso y las ceremonias de sanación, a los antiguos misterios de muerte y renacimiento, las escuelas místicas y las prácticas de meditación de las grandes religiones del mundo. En las últimas décadas, el mundo occidental ha sido testigo de un revivir significativo de algunas de las antiguas prácticas espirituales. Además, representantes de la moderna psicología profunda han desarrollado enfoques nuevos y eficaces para facilitar la apertura espiritual. Estas herramientas están a disposición de todos aquéllos que se hallan interesados en la transformación psicoespiritual y en la evolución de la conciencia.

C. G. Jung, precursor de la psicología transpersonal, describió en sus escritos una estrategia de vida que abarca nuestras dimensiones seculares y nuestras dimensiones cósmicas, así como estas dos dimensiones de la existencia. Él sugirió que debíamos complementar nuestras actividades cotidianas en el mundo externo mediante una introspección sistemática, una búsqueda interior que alcance los repliegues más profundos y escondidos de nuestra psique. Al dirigir nuestra atención hacia dentro, podemos conectar con el Yo, un aspecto superior de nuestro ser, y beneficiarnos de su guía. De esta forma podemos servirnos de los inmensos recursos del inconsciente colectivo, que contiene la sabiduría de todas las épocas.

Según Jung, no deberíamos orientarnos en la vida basándonos sólo en los aspectos externos de las situaciones que estamos afrontando. Nuestra toma de decisiones debería basarse en una síntesis creativa de nuestro conocimiento pragmático del mundo material y en la profunda sabiduría extraída del inconsciente colectivo durante una introspección sistemática. Esta sugerencia del gran psiquiatra suizo concuerda en general con las conclusiones a las que han llegado en sus exploraciones holotrópicas muchas personas con las que he trabajado durante años.

Yo he visto repetidamente que el seguir esta estrategia puede conducir a una forma de vida más satisfactoria, gozosa y creativa. Permite estar plenamente en el mundo de la realidad cotidiana, pero siendo al mismo tiempo consciente de las dimensiones numinosas de la existencia y de nuestra naturaleza divina. La capacidad de reconciliar y de integrar estos dos aspectos de la vida pertenece a las aspiraciones más elevadas de las tradiciones místicas. Así, por ejemplo, sheik al-'Alawi describe la Fase Suprema –la etapa superior del desarrollo espiritual en la tradición sufí– como el estado de ser que internamente está embriagado de la Esencia Divina, pero que externamente permanece sobrio.

La transformación individual y el futuro planetario

Los beneficios potenciales de esta forma de abordar la existencia trascienden los estrechos intereses de las personas que lo practican. Esta estrategia, aplicada a una escala suficientemente amplia, podría tener consecuencias positivas e importantes para la sociedad humana y para nuestro futuro. En las últimas décadas, cada vez se hace más obvio que la humanidad está afrontando una crisis de proporciones sin precedentes. La ciencia moderna ha desarrollado medidas eficaces que podrían solucionar la mayoría de los problemas urgentes del mundo actual, como combatir la mayoría de las enfermedades, eliminar el hambre y la pobreza, reducir la cantidad de residuos industriales y sustituir los nocivos combustibles fósiles por fuentes renovables de energía limpia.

Los problemas que tenemos por delante no son de naturaleza económico-tecnológica. Los orígenes más profundos de la crisis global radican en la naturaleza de la personalidad humana y reflejan el nivel de evolución de la conciencia de nuestra especie. A causa de las fuerzas salvajes que se hallan dentro de la psique humana, una cantidad inimaginable de recursos está siendo despilfarrada en la absurda carrera armamentística, en las luchas por el poder y en la persecución del "crecimiento ilimitado". Estos elementos de la naturaleza humana también impiden una distribución más adecuada de la riqueza entre las personas y las naciones, así como que se reorienten las preocupaciones puramente económicas y políticas hacia las prioridades ecológicas, que son esenciales para la supervivencia de la vida en este planeta. Las negociaciones diplomáticas, las medidas administrativas y legales, las sanciones económicas y sociales, las intervenciones militares y otros esfuerzos similares han tenido hasta ahora muy poco éxito. De hecho, a menudo han producido más problemas de los que han resuelto. Cada vez es más obvio por qué no podían menos que fracasar. Es imposible aliviar esta crisis aplicando estrategias enraizadas en la misma ideología que la originó. En

última instancia, la actual crisis global es de naturaleza psicoespiritual. Por ello, es difícil imaginar que pueda resolverse sin una transformación radical interna de la humanidad y su ascenso a un nivel superior de madurez emocional y de conciencia espiritual.

Considerando el papel fundamental de la violencia y de la codicia en la historia humana, no parece muy plausible la posibilidad de transformar la humanidad actual en una especie de individuos capaces de vivir en coexistencia pacífica con sus semejantes, con independencia de la raza, el color y las condiciones religiosas o políticas, por no hablar de la convivencia con otras especies. Estamos enfrentándonos al enorme desafío de imbuir en la humanidad profundos valores éticos, sensibilidad a las necesidades de los demás, sencillez voluntaria y una aguda conciencia de los imperativos ecológicos. A primera vista, esta tarea parece ser demasiado utópica y poco irrealista para ofrecer ninguna esperanza real. Sin embargo, la situación no es tan desesperada como pueda parecer.

Como ya hemos visto, éste es el tipo de transformación que se produce exactamente a lo largo de un trabajo interno y sistemático con estados holotrópicos, ya sean suscitados por la práctica de cualquier tipo de meditación, intensas formas de terapia vivencial o un trabajo responsable y supervisado con sustancias psicodélicas. También pueden observarse cambios similares en personas que atraviesan crisis psicoespirituales espontáneas y tienen el privilegio de contar con un buen sistema de apoyo y una guía sensible.

Así, una estrategia de existencia que integre el trabajo profundo interno con una acción inspirada en el mundo externo podría convertirse en un factor importante para resolver la crisis global, si fuera practicada a una escala lo bastante amplia. La transformación interior y la evolución acelerada de la conciencia harían aumentar significativamente nuestras oportunidades de supervivencia y de llegar a una coexistencia pacífica. Yo he reunido y descrito sistemáticamente las comprensiones profundas procedentes del estudio de los estados holotrópicos, con la espe-

ranza de que las personas que escojan este camino o que ya lo estén recorriendo las encuentren útiles y eficaces durante su propio recorrido.

Una receta para sanar el planeta: lecciones de una ceremonia de los nativos americanos

Me gustaría cerrar este capítulo relatando una experiencia de sanación y transformación profundas que sucedió hace muchos años a un grupo de personas con el que compartí un estado holotrópico de conciencia. Aunque sucedió hace casi un cuarto de siglo, todavía me emociono y se me saltan las lágrimas cada vez que pienso o hablo de ello. Este suceso demostró la profundidad de los problemas que estamos afrontando en nuestro mundo, en el que durante muchos siglos el odio ha sido transmitido de generación en generación. Sin embargo también me dio esperanza y confianza en la posibilidad de apartar esta maldición y disolver las barreras que nos separan a unos de otros.

Después de llegar a los Estados Unidos en 1967, participé en una investigación patrocinada por el gobierno en el Centro de Investigación Psiquiátrica de Maryland, para explorar el potencial de la terapia psicodélica. Uno de nuestros proyectos en el centro era un programa de formación para la salud mental de los profesionales, que ofrecía a psiquiatras, psicólogos y trabajadores sociales que trabajaban en el área de la educación, la posibilidad de participar en un máximo de tres sesiones tomando una alta dosis de LSD. Uno de los sujetos de este programa era Kenneth Godfrey, psiquiatra del Veterans Administration Hospital de Topeka, Kansas. Yo le asistí en sus tres sesiones psicodélicas y a partir de entonces, nos hicimos muy buenos amigos.

Cuando todavía estaba yo en Checoslovaquia, había leído algo sobre la iglesia nativa americana, una religión sincretista que combina elementos indios y cristianos y utiliza como sacramento el peyote, cactus psicodélico mejicano. Estaba muy inte-

resado en participar en una ceremonia de peyote que me permitiera comparar el uso terapéutico de las sustancias psicodélicas con su utilización ritual. Desde mi llegada a los Estados Unidos había intentado sin éxito tener esa oportunidad. Resultó que tanto Ken como su esposa eran de origen nativo americano y tenían buenas conexiones con su pueblo. Cuando nos estábamos despidiendo, después de la tercera sesión de Ken, le pregunté si podía hacerme de intermediario para poder participar en una ceremonia de peyote y él me prometió intentarlo. Varios días después me telefoneó comunicándome que un jefe, que era un buen amigo suyo, me había invitado a mí y a varias personas de nuestro equipo a participar en una ceremonia de peyote de los indios patawatome.

Al siguiente fin de semana, cinco de nosotros volamos de Baltimore a Topeka, Kansas. El grupo se componía de nuestra psicoterapeuta Helen Bonny, su hermana, el terapeuta especialista en sustancias psicodélicas Bob Leihy, el profesor de religión Walter Houston Clark y yo. Alquilamos un automóvil en el aeropuerto de Topeka y desde allí fuimos conduciendo hasta adentrarnos por las praderas de Kansas. Allí, en medio de la nada, se levantaban varios tipis, lugar de la ceremonia sagrada. Cuando llegamos, el sol se estaba poniendo y el ritual estaba a punto de empezar. Antes de que pudiéramos unirnos a la ceremonia, teníamos que ser aceptados por los demás participantes, todos ellos nativos americanos. Tuvimos que pasar por un proceso que parecía un grupo de encuentro dramatizado.

Con intensas emociones, los nativos recordaron la dolorosa historia de la invasión y conquista de Norteamérica por los intrusos blancos: el genocidio de los indios americanos y la violación de sus mujeres, la expropiación de sus tierras, la exterminación irracional de los búfalos y otras muchas atrocidades. Después de un par de horas de intercambios dramáticos, las emociones se calmaron y, uno tras otro, los indios fueron aceptándonos para participar en la ceremonia. Al final sólo quedaba una persona que se había opuesto violentamente a nuestra presencia: un hombre

alto, de piel oscura y huraño. Su odio hacia los blancos era enorme. Necesitó mucho tiempo antes de aceptar de mala gana que pudiéramos unirnos al grupo. Sólo aceptó después de recibir una gran presión de su propia gente, que mostraba su descontento ante la posibilidad de retrasar aún más la ceremonia.

Finalmente todo estaba dispuesto, al menos aparentemente, y nos reunimos todos en un gran tipi. Se hizo una hoguera y empezó el ritual sagrado. Ingerimos el peyote y pasamos el bastón y el tambor. Según la costumbre nativa americana, cualquiera que tenga el bastón puede cantar una canción o hacer una declaración personal; también teníamos la opción de pasarlo. El hombre que tenía tanta resistencia a aceptarnos estaba sentado justo enfrente de mí. Era claro que no estaba participando de corazón en la ceremonia. Cada vez que el bastón y el tambor completaban el círculo y le llegaba su turno, lo pasaba dando muestras manifiestas de enfado. Mi percepción del entorno se hallaba extremadamente sensibilizada por la influencia del peyote. Aquel hombre se había convertido en un punto doloroso de mi universo y sólo mirarle me hacía sufrir. Su odio parecía irradiar desde los ojos y llenar todo el tipi.

Cuando amaneció, poco antes de la salida del sol, estábamos pasando el bastón y el tambor por última vez. Todo el mundo pronunciaba algunas palabras para resumir sus experiencias e impresiones de la noche. El discurso de Walter Houston Clark fue excepcionalmente largo y muy emotivo. Expresó su profundo agradecimiento por la generosidad de nuestros amigos nativos americanos que habían compartido con nosotros su hermosa ceremonia. Walter subrayó concretamente el hecho de que nos hubieran aceptado a pesar de todo lo que *nosotros* les habíamos hecho: invadir y robar sus territorios, matar a su gente, violar a sus mujeres y exterminar a los búfalos. En un momento de su discurso se refirió a mí –no recuerdo exactamente en qué contexto– como «Stan, que está tan lejos de su país natal, su Checoslovaquia nativa». Cuando Walter mencionó Checoslovaquia, el hombre que había sido contrario a nuestra presencia durante toda la no-

che dio claras muestras de turbación. Se levantó, atravesó el tipi corriendo y se arrojó al suelo frente a mí. Puso su cabeza en mi regazo, me abrazó con firmeza, al tiempo que se lamentaba y sollozaba ruidosamente. Después de aproximadamente veinte minutos, se calmó y volvió a su sitio, donde, ya recuperado, fue capaz de hablar. Explicó que la noche anterior a la ceremonia nos había visto como "rostros pálidos" y, por tanto, nos había considerado automáticamente enemigos de los nativos americanos. Después de escuchar la observación de Walter, se dio cuenta de que, siendo yo de origen checoslovaco, no tenía nada que ver con la tragedia de su pueblo. Así pues, me había odiado sin justificación alguna a lo largo de toda la ceremonia. El hombre parecía desolado y desconsolado. Después de su afirmación inicial se produjo un largo silencio durante el que él atravesó una intensa lucha interna. Era claro que tenía más cosas que decir. Al final, fue capaz de compartir con nosotros el resto de la historia. Durante la II Guerra Mundial, había sido alistado en el ejército del aire estadounidense, varios días antes del final de la guerra, y había participado personalmente en una incursión aérea, caprichosa e innecesaria, sobre la ciudad checa de Pilsen, conocida por su cerveza y su fábrica de automóviles. No sólo su odio hacia mí había sido injustificado, sino que nuestros papeles habían sido realmente inversos; él había sido el agresor y yo la víctima. Había invadido mi país y matado a mi gente. Eso era más de lo que él podía soportar.

Después de asegurarle que yo no albergaba ningún sentimiento hostil hacia él, ocurrió algo extraordinario. Se aproximó a mis cuatro amigos de Baltimore que eran todos estadounidenses. Se disculpó por la conducta que había mantenido antes y durante la ceremonia, los abrazó y les pidió perdón. Afirmó que aquel episodio le había enseñado que el mundo carecía de toda esperanza si todos seguíamos llevando en nuestro interior el odio de las acciones cometidas por nuestros antepasados. Había caído en la cuenta de que era erróneo emitir juicios generalizados sobre grupos raciales, nacionales y culturales. Debía juzgar a las personas

basándose en quiénes eran y no como miembros del grupo al que pertenecían.

Su discurso era una secuela positiva de la famosa carta del jefe Seattle a los colonizadores europeos, que acababa con estas palabras: «No sois mis enemigos, sois mis hermanos y hermanas. No me habéis hecho nada a mí ni a mi pueblo. Todo eso sucedió hace mucho tiempo en la vida de nuestros antepasados y, en aquella época, yo podía realmente haber estado del otro lado. Todos somos hijos del Gran Espíritu, todos nosotros pertenecemos a la Madre Tierra. Nuestro planeta está en graves dificultades y si seguimos acarreando dentro de nosotros los viejos rencores y no trabajamos juntos, todos nosotros pereceremos».

En aquellos momentos la mayoría de los miembros del grupo lloraba. Todos sentimos una sensación de profunda conexión y pertenencia a la familia humana. Mientras el sol se elevaba lentamente en el cielo, compartimos un desayuno ceremonial. Comimos los alimentos que a lo largo de la noche habían sido colocados en el centro del tipi y habían sido consagrados por el ritual. Después, todos nos dimos grandes abrazos, nos separamos con pesar y nos dirigimos de regreso a casa. Llevábamos con nosotros el recuerdo de esta inestimable lección sobre la resolución de conflictos interraciales e internacionales, que sin duda permanecerá vívida en nuestra mente durante el resto de nuestra vida. Esta extraordinaria sincronía vivida en un estado holotrópico de conciencia me hizo concebir la esperanza de que, en un futuro más o menos próximo, pueda producirse en el mundo una sanación similar y a escala global.

11. LO SAGRADO Y LO PROFANO

No entendemos casi nada de nada, empezando por el *big bang* y acabando por los minúsculos elementos que componen los átomos de la célula de una bacteria. Durante los siglos que vienen tendremos que abrirnos camino a través de una selva de misterios.

LEWIS THOMAS

No todo lo que cuenta puede ser contado. No todo lo que puede ser contado cuenta.

ALBERT EINSTEIN

Espiritualidad y religión en la sociedad actual

La comprensión de la naturaleza humana que tienen las sociedades tecnológicas actuales es significativamente diferente de las visiones del mundo que pueden encontrarse en las culturas antiguas y preindustriales. En alguna medida, éste es el resultado natural de progresos históricos y es algo que cabía esperar. Durante muchos siglos, científicos de diferentes disciplinas han investigado sistemáticamente diversos aspectos del mundo material y acumulado una impresionante cantidad de información que no estaba disponible en el pasado. Han completado, corregido y sustituido en gran medida los conceptos anteriores sobre la naturale-

za del universo. Sin embargo, la diferencia más asombrosa entre las dos visiones del mundo no se halla en la cantidad o la exactitud de los datos sobre la realidad material. Se trata más bien de un desacuerdo fundamental en lo que se refiere a la dimensión sagrada o espiritual de la existencia.

Todos los grupos humanos de la era preindustrial coincidían en que el mundo material que percibimos y en el que funcionamos en nuestra vida cotidiana no constituye la única realidad. Su visión del mundo, aunque diferente en los detalles, en lo esencial describía el cosmos como un sistema complejo de niveles de existencia jerárquicamente dispuestos. Según esta concepción de la realidad, que Arthur Lovejoy (1964) llamaba la Gran Cadena de Ser, el mundo de la materia densa constituía el último eslabón. En las cosmologías preindustriales, los dominios superiores de existencia albergaban deidades, demonios, entidades desencarnadas, espíritus ancestrales y animales de poder. Las culturas antiguas y preindustriales poseían un rico ritual y una vida espiritual que giraba alrededor de la posibilidad de lograr un contacto directo con estas dimensiones de la realidad, que habitualmente están ocultas, y recibir de ellas información relevante, ayuda o incluso su intervención en el curso de los acontecimientos materiales. Las actividades cotidianas de las sociedades que comparten nuestra visión del mundo estaban basadas no sólo en la información recibida a través de los sentidos, sino también de las recibidas en estos ámbitos habitualmente invisibles. Los antropólogos de formación occidental tradicional quedaban a menudo desconcertados por lo que llamaban la "lógica doble" de las culturas aborígenes que estudiaban. Aunque los nativos mostraban claramente una gran inteligencia práctica, poseían extraordinarias habilidades y eran capaces de crear ingeniosos utensilios para la supervivencia y su mantenimiento, combinaban sus actividades prácticas, como el cazar, el pescar y el construir refugios con extraños rituales, frecuentemente complejos y elaborados. En ellos invocaban a las diversas entidades y realidades que para los antropólogos eran imaginarias y no existentes.

Estas diferencias de visión del mundo encuentran su expresión más acusada en el ámbito de la muerte y del morir. Las cosmologías, filosofías y mitologías, así como la vida espiritual y el ritual de las sociedades preindustriales, contienen un mensaje muy claro de que la muerte no es el final absoluto e irrevocable de todas las cosas, de que la vida o la existencia continúa de algún modo tras el fallecimiento biológico. Las mitologías escatológicas de estas culturas concuerdan generalmente en que un principio espiritual, o alma, sobrevive a la muerte del cuerpo y atraviesa una serie compleja de aventuras de la conciencia en otras realidades.

El viaje póstumo del alma es descrito a veces como un viaje a través de paisajes fantásticos que tienen alguna similitud con los de la tierra, y, en otras ocasiones, como encuentros con diversos seres arquetípicos o como una progresión a través de una secuencia de estados no ordinarios de conciencia. El algunas culturas, el alma alcanza un reino temporal en el Más Allá, como el purgatorio cristiano o el *lokas* del budismo tibetano; en otras, una morada eterna: el cielo, el infierno, el paraíso o el reino del sol. Muchas culturas han desarrollado independientemente un sistema de creencias en la metempsicosis o reencarnación que supone el regreso de la unidad de conciencia a otra vida física en la tierra.

Todas la sociedades preindustriales parecían estar de acuerdo en que la muerte no era la última derrota y el final de todo, sino una transición a otra forma de existencia. Las experiencias asociadas con la muerte se contemplaban como visitas a dimensiones importantes de la realidad que merecían ser experimentadas, estudiadas y cuidadosamente cartografiadas. Las personas moribundas estaban familiarizadas con las cartografías escatológicas de sus respectivas culturas, ya fuesen mapas chamánicos de paisajes funerarios o descripciones sofisticadas de los sistemas espirituales orientales, como las que se encuentran en el *Bardo Thödol, El libro tibetano de los muertos*.

El *Bardo Thödol* merece una especial mención en este contexto. Este texto fundamental del budismo tibetano supone un

contraste interesante respecto al énfasis exclusivo y pragmático que se pone en la vida productiva y la negación de la muerte que caracteriza a la civilización industrial occidental. Describe el momento de la muerte como una oportunidad única para liberarse espiritualmente de los ciclos de muerte y renacimiento y como período que determina nuestra próxima encarnación, si no hemos alcanzado la liberación. Desde esta perspectiva es posible ver las experiencias de los *bardos* o estados intermedios entre las vidas, como algo que, en alguna medida, es más importante que la existencia encarnada. Si tenemos en cuenta este hecho, es absolutamente esencial que nos preparemos para este viaje mediante una práctica sistemática en el período de vida del que disponemos.

Estas descripciones de las dimensiones sagradas de la realidad y el énfasis en la vida espiritual se hallan en agudo conflicto con el sistema de creencias que domina la civilización industrial. Nuestra visión del mundo ha sido conformada en gran medida por una ciencia con orientación materialista, que afirma que vivimos en un universo en el que sólo la materia es real. Los teóricos de diversas disciplinas científicas han formulado una imagen de la realidad conforme a la cual la historia del universo es la historia del desarrollo de la materia. La vida, la conciencia y la inteligencia se contemplan como epifenómenos de este desarrollo más o menos accidentales e insignificantes. Aparecieron en escena después de miles de millones de años de evolución de materia pasiva e inerte en una parte insignificante de un inmenso universo. Obviamente, la comprensión de la naturaleza humana y del universo según estas premisas es en principio incompatible con ninguna forma de creencia espiritual. Cuando suscribimos esta imagen de la realidad, la espiritualidad parece un enfoque de la existencia ilusorio, cuando no engañoso.

Es notable esta incompatibilidad entre la ciencia y la espiritualidad. A lo largo de la historia, espiritualidad y religión habían desempeñado un papel crítico y vital en la vida humana, hasta que su influencia fue socavada por la revolución científica industrial. La ciencia y la religión constituyen partes extremadamente

importantes de la vida humana, cada una a su manera. La ciencia es la herramienta más poderosa para obtener información sobre el mundo en que vivimos, y la espiritualidad es indispensable como fuente de sentido de nuestra vida. El impulso religioso ha sido sin duda una de las fuerzas más imperiosas que han impulsado y continúan impulsando la historia y la cultura humanas. Es difícil imaginar que esto fuera posible si la vida ritual y espiritual estuvieran basadas enteramente en fantasías y falacias infundadas. Para ejercer una influencia poderosa en los asuntos humanos, la religión tiene que reflejar un aspecto muy fundamental de la naturaleza humana, a pesar del hecho de que con frecuencia ha sido expresada de forma muy problemática y distorsionada.

Si la visión del mundo empleada por la ciencia materialista fuera una descripción verdadera, plena y exacta de la realidad, el único grupo de toda la historia de la humanidad que alguna vez habría entendido la psique y la existencia humanas sería la clase intelectual de las sociedades tecnológicas que se adscribe al materialismo filosófico. En comparación, todas las demás perspectivas y visiones del mundo, incluidas las tradiciones místicas de todos los tiempos y las filosofías espirituales de Oriente, parecerían sistemas de pensamiento primitivos, inmaduros y erróneos. Esto podría incluir el vedanta, diversas escuelas de yoga, el taoísmo, el budismo vajrayâna, hînayâna y mahâyâna, el sufismo, el misticismo cristiano, la cábala y otras muchas tradiciones espirituales refinadas que son productos de siglos de exploraciones profundas de la psique humana y de la conciencia.

Naturalmente, puesto que las ideas descritas en este libro se hallan en consonancia básica con los postulados de diversas escuelas de filosofía perenne, caerían en la misma categoría; podrían desecharse como irracionales, infundadas y acientíficas, y las pruebas en las que se basan no serían ni siquiera tomadas en serio. Por ello parece importante aclarar la relación entre religión y ciencia y averiguar si estos dos aspectos fundamentales de la vida humana son verdaderamente incompatibles. Y si encontramos que hay una forma de unirlos, sería fundamental definir las condiciones en las que

pueden ser integrados. La creencia de que la religión y la ciencia tienen que ser mutuamente incompatibles refleja una falsa comprensión básica de la naturaleza de ambas. Cuando se entienden correctamente, la verdadera ciencia y la auténtica religión son dos enfoques importantes de la existencia que son complementarios y que en forma alguna compiten entre sí. Como ha señalado muy apropiadamente Ken Wilber, no puede haber realmente conflicto entre la religión auténtica y la verdadera ciencia. Si aparece dicho conflicto, seguramente estamos hablando de una falsa religión y/o de una falsa ciencia (Wilber 1983).

Gran parte de la confusión en este campo se basa en una serie de falsos conceptos sobre la naturaleza y la función de la ciencia, que tiene como consecuencia una utilización inadecuada del pensamiento científico. Otra fuente de problemas innecesarios es una comprensión errónea sobre la naturaleza y la función de la religión. A efectos de nuestra exposición, es esencial distinguir la verdadera ciencia del cientificismo y diferenciar claramente entre espiritualidad y religión organizada.

La teoría científica y el método científico

La filosofía moderna de la ciencia ha clarificado la naturaleza, la función y la adecuada utilización de las teorías en la investigación de diversos aspectos del universo. También ha expuesto los errores que permitieron al monismo materialista dominar la ciencia occidental e, indirectamente, también la visión del mundo de la civilización industrial. En retrospectiva, no es difícil ver cómo se llegó a esto. La imagen newtoniana del mundo físico concebido como un sistema mecánico determinista tuvo tanto éxito en sus aplicaciones prácticas que se convirtió en un modelo para las demás disciplinas científicas. Ser científico se convirtió en sinónimo de pensar en términos mecanicistas.

Los importantes resultados logrados por los triunfos tecnológicos de la física constituyeron un fuerte apoyo para el materia-

lismo filosófico, posición que el mismo Newton no mantenía. Para él, la creación del universo era inconcebible sin la intervención divina, sin la inteligencia superior del Creador. Newton creía que Dios creó el universo como un sistema regido por leyes mecánicas. Por esta razón, una vez que había sido creado, podía ser estudiado y entendido como tal. Los seguidores de Newton consagraron la imagen del universo como una supermáquina determinista, pero decidieron que el concepto del principio creador inteligente era un residuo innecesario y embarazoso de las épocas oscuras e irracionales. Los datos obtenidos a través de los sentidos sobre la realidad material se convirtieron en la única fuente permisible de información en todas las ramas del saber de la ciencia.

En la historia de la ciencia moderna, la imagen del mundo material basado en la mecánica newtoniana dominó totalmente el pensamiento de la biología, la medicina, la psicología, la psiquiatría y todas las demás disciplinas. Esta estrategia reflejaba el presupuesto metafísico básico del materialismo filosófico y era su consecuencia lógica. Si el universo es esencialmente un sistema material y la física es una disciplina científica que estudia la materia, los físicos son los expertos definitivos en lo que se refiere a la naturaleza de todas las cosas, y no debe dejarse que los hallazgos en otros campos entren en conflicto con las teorías básicas de la física. La aplicación decidida de este tipo de lógica tuvo como consecuencia la supresión sistemática, o la tergiversación en muchos campos, de los descubrimientos que no concordaban con la visión materialista del mundo.

Esta estrategia era una seria violación de los principios básicos de la filosofía moderna de la ciencia. En rigor, las teorías científicas se aplican sólo a las observaciones en las que se basan y de las que proceden. No pueden ser extrapoladas automáticamente a otras disciplinas. Los marcos conceptuales que articulan la información disponible en determinado campo no pueden utilizarse para determinar lo que es o no posible en algún otro ámbito y dictar lo que puede ser observado en la disciplina científi-

ca correspondiente y lo que no. Las teorías sobre la psique humana deben estar basadas en observaciones de procesos psicológicos, no en teorías que los físicos hayan elaborado sobre el mundo material. Pero ésta es exactamente la forma en que la mayoría de los científicos ha utilizado en el pasado el marco teórico de la física del siglo XVII.

La práctica indebida de esta generalización de la visión del mundo de los físicos en otros campos ha sido sólo una parte del problema. Otro error grave, pero muy común y que complica aún más la situación, es la tendencia de muchos científicos no sólo a adherirse a teorías pasadas de moda y a generalizarlas a otros campos de la ciencia, sino también a tomarlas erróneamente por descripciones precisas y definitivas de la realidad. Como consecuencia, tienden a rechazar cualquier dato que sea incompatible con su marco teórico, en lugar de verlo como una razón para cambiar sus teorías. Esta confusión del mapa con el territorio es un ejemplo de lo que se conoce en la lógica moderna como "error de transcripción lógica". Gregory Bateson, generalista brillante y pensador de gran influencia que pasó mucho tiempo estudiando este fenómeno, afirmó en cierta ocasión en tono de broma que, cuando un científico continúa cometiendo errores de este tipo, un día puede comerse en el restaurante el menú en lugar de la comida.

La característica esencial de un verdadero científico no es la adhesión acrítica a la filosofía materialista y la lealtad inquebrantable a las historias sobre el universo promulgadas por la ciencia dominante. Al contrario, lo que caracteriza a un auténtico científico es el compromiso con una aplicación rigurosa e imparcial del método científico de investigación a todas las esferas de la realidad. Esto significa reunir una serie sistemática de observaciones en situaciones concretamente definidas, repetir la experimentación en cualquier ámbito de la existencia que permita la aplicación de dicha estrategia y comparar los resultados con otras personas que estén trabajando en circunstancias similares.

El criterio más importante para determinar la exactitud de una teoría concreta no consiste en que concuerde con los puntos de

vista mantenidos por el sistema académico, agrade a nuestro sentido común o parezca plausible, sino en si es coherente con los hechos observados de un modo sistemático y estructurado. Las teorías son herramientas indispensables para la investigación científica y el progreso. Sin embargo, no deben tomarse por una descripción exacta y exhaustiva de cómo son las cosas en realidad. Un verdadero científico considera sus teorías como la mejor conceptualización disponible de los datos existentes hasta el momento, y siempre estará abierto a ajustarlos o a buscar nuevos datos si éstos no encajan con las pruebas obtenidas. Desde esta perspectiva, la visión del mundo de la ciencia materialista se ha convertido en un corsé que impide continuar haciendo progresos en lugar de facilitarlos. La ciencia no reposa en una teoría concreta, por muy convincente y evidente que ésta pueda parecer. La imagen del universo y de las teorías científicas sobre el mismo ha cambiado muchas veces a lo largo de la historia de la humanidad. Lo que caracteriza a la ciencia es el método de obtener información y de validar o de invalidar teorías. La investigación científica es imposible sin la elaboración de formulaciones e hipótesis teóricas. La realidad es demasiado compleja para ser estudiada en su totalidad y las teorías reducen el ámbito de los fenómenos observables a una dimensión manejable. Un auténtico científico se sirve de teorías, pero es consciente de su naturaleza relativa y siempre está dispuesto a ajustarlas o abandonarlas cuando surgen nuevas pruebas. Un científico no excluye de una investigación rigurosa ningún fenómeno que pueda estudiarse científicamente, incluidos los que son controvertidos y presentan un reto, como los estados no ordinarios de conciencia y las experiencias transpersonales. A lo largo del siglo XX, los mismos físicos han cambiado radicalmente su comprensión del mundo material. Los descubrimientos revolucionarios de la física subatómica y de la astrofísica han destruido la imagen del universo como un sistema mecánico infinitamente complejo y totalmente determinista formado por partículas indestructibles de materia. Cuando la investigación del universo se desplazó del mundo de nuestra realidad

ordinaria, o de la "zona de las dimensiones medias," al microuniverso de las partículas subatómicas y al macrouniverso de las galaxias distantes, los físicos descubrieron las limitaciones de la visión mecanicista del mundo y las trascendieron.

La imagen del universo que había dominado la física durante casi trescientos años se desmoronó bajo el alud de nuevas observaciones y de pruebas experimentales. La comprensión de la materia, del tiempo y del espacio que Newton había tenido y que se ajustaba al sentido común fue sustituida por el extraño mundo maravilloso de la física relativista cuántica, que está llena de paradojas desconcertantes. La materia, concebida en el sentido ordinario de "cosas sólidas", desapareció completamente de la escena. Las dimensiones claramente separadas de espacio y tiempo absolutos se fundieron en el continuo espacio-tiempo cuatridimensional de Einstein y la conciencia del observador tuvo que ser reconocida como un elemento que desempeña un importante papel en la creación de lo que anteriormente parecía ser una realidad puramente objetiva e impersonal.

Similares saltos adelante se han producido también en otras muchas disciplinas. La teoría de sistemas y de la información, el concepto de los campos morfogenéticos de Rupert Sheldrake, el pensamiento holonómico de David Bohm y Karl Pribram, las investigaciones de Ilya Prigogine sobre las estructuras disipativas, la teoría del caos y la dinámica interactiva unificada de Ervin Laszlo constituyen simplemente unos cuantos ejemplos relevantes de estos nuevos descubrimientos. Estas nuevas teorías muestran una convergencia y una compatibilidad crecientes con la visión mística del mundo y con los descubrimientos de la psicología transpersonal. También proporcionan una nueva apertura a la antigua sabiduría que la ciencia materialista rechazaba y ridiculizaba. Este acortamiento de distancias entre la visión del mundo de las ciencias puras y duras y de la psicología transpersonal es sin duda un fenómeno alentador y apasionante. Sin embargo, sería un grave error para los psicólogos, psiquiatras e investigadores de la conciencia dejar que su pensamiento

conceptual fuese limitado y controlado por las teorías de la nueva física en sustitución de las viejas. Como mencioné antes, cada disciplina tiene que basar sus estructuras teóricas en las observaciones de su propio campo de investigación. El criterio de validez de los hallazgos y de los conceptos científicos en un campo determinado no radica en su compatibilidad con las teorías en otro campo, sino en el rigor del método científico con el que se obtuvieron.

La visión del mundo de la ciencia materialista: hechos y ficción

En general, la ciencia occidental ha tenido un enorme éxito para encontrar las leyes que rigen los procesos del mundo material y para aprender a controlarlos. Sus esfuerzos para proporcionar respuestas a algunas cuestiones fundamentales de la existencia, como la forma en que empezó y se desarrolló el mundo hasta llegar a su forma actual, han sido, no obstante, mucho menos espectaculares e impresionantes. Para obtener una perspectiva adecuada sobre esta situación, es importante darse cuenta de que lo que conocemos como "visión científica del mundo" es una imagen del universo que descansa en una enorme cantidad de postulados metafísicos muy atrevidos. Éstos se presentan y se consideran a menudo como hechos que han sido probados más allá de toda duda razonable, cuando en realidad se asientan en un terreno movedizo, son controvertidos o no se hallan adecuadamente sustentados por pruebas concretas.

En cualquier caso, las respuestas que la ciencia materialista ofrece a la mayoría de las cuestiones metafísicas no son más lógicas ni menos fantásticas que las que se encuentran en la filosofía perenne. Así pues, con respecto al origen del universo, existen muchas teorías que compiten entre sí. La más popular afirma que todo empezó hace 15000 millones de años con el *big bang*, cuando toda la materia del universo, así como el tiempo y

el espacio, empezaron a existir a partir de un punto sin dimensión o *singularidad*. La teoría contraria de la creación continua describe un universo que ha existido eternamente sin principio ni fin, en el que la materia es continuamente creada de la nada. Ninguna de estas alternativas supone exactamente una solución racional, lógica y fácil de imaginar a la cuestión fundamental de la existencia.

Igualmente osadas y problemáticas son las teorías de los científicos materialistas en lo que concierne el campo de la biología. Según ellos, el fenómeno de la vida, incluido el del ADN y su capacidad de autorreproducción supuestamente espontánea, surgió de interacciones al azar de la materia inorgánica que se hallaba en el caldo químico del océano primordial. La evolución de los organismos unicelulares primitivos hasta llegar a la extraordinaria diversidad de especies que forman hoy día la vida animal y vegetal de nuestro planeta sería pues un resultado de la selección natural y de las mutaciones de los genes producidas al azar. Y probablemente la afirmación más fantástica de la ciencia materialista consiste en que la conciencia apareció en algún momento tardío del proceso evolutivo, como un producto de los procesos neurofisiológicos del sistema nervioso central.

Cuando sometemos los conceptos expuestos a un riguroso examen basado en la actual filosofía de la ciencia, la aplicación sistemática del método científico y el análisis lógico de los datos, descubrimos que difícilmente se trata de hechos tal cual son y que, en muchos casos, carecen de la confirmación de los hechos observados. La teoría que sugiere que la materia de la que está hecho el universo, con sus miles de millones de galaxias, surgió repentina y espontáneamente a partir de una *singularidad* sin dimensiones no satisface obviamente a nuestra razón. Se nos quedan sin responder muchas cuestiones candentes, como el origen de la materia que surgió en el *big bang*, la causa y el acontecimiento desencadenante del acontecimiento, el origen de las leyes que la rigen y otras muchas. La idea de un universo que existe desde toda la eternidad y en el que la materia se crea continua-

mente de la nada es igualmente desconcertante. Lo mismo puede decirse de las restantes teorías científicas que describen el origen de nuestro universo.

Se nos dice esencialmente que el cosmos se creó a sí mismo y que toda su historia, desde los átomos de hidrógeno hasta el *Homo sapiens,* no exigió una inteligencia que lo guiase y que, además, puede entenderse correctamente como el resultado de procesos materiales regidos por leyes naturales. Éste no es un postulado muy creíble, hecho del que ya se han percatado muchos físicos. Stephen Hawking, considerado por algunos como el principal físico vivo, admitió que «son mínimas las probabilidades de que un universo como el nuestro surgiera de algo como el *big bang*». Y Freeman Dyson, físico de Princenton, comentó en cierta ocasión: «cuanto más investigo el universo y los detalles de su arquitectura, más pruebas encuentro de que éste debe haber sabido de alguna forma que nosotros íbamos a llegar» (Smoot y Davidson 1993).

Los estudios que reconstruyen los procesos primitivos de los primeros minutos de la existencia del universo han revelado un hecho extraordinario y asombroso. Si las condiciones iniciales hubieran sido sólo algo diferentes, por ejemplo, si una de las constantes fundamentales de la física hubiera sido alterada por un pequeño porcentaje en cualquier dirección, el universo resultante no habría sido capaz de mantener la vida. En ese universo, los seres humanos nunca habrían llegado a existir para funcionar como observadores del mismo. Estas coincidencias son tan numerosas e improbables que inspiraron la formulación del llamado "principio antrópico" (Barrow y Tipler 1986). Este principio sugiere claramente que el universo podría haber sido creado con una intención concreta o con el propósito de hacer existir la vida y a los observadores humanos. Esto indica la participación de una inteligencia cósmica superior en el proceso de la creación o, al menos, permite una interpretación en estos términos.

Cada vez es más obvio el fracaso de la teoría darwiniana para explicar la existencia de la extraordinaria riqueza de formas de

vida y la evolución sólo como resultado de fuerzas naturales que operan mecánicamente. Los problemas y las lagunas del darwinismo y del neodarwinismo han sido resumidos en el libro de Phillip Johnson *Darwin on Trial* (1993). Aunque la evolución en sí misma es un hecho bien establecido, es muy improbable que pudiera haber sucedido sin la guía de una inteligencia superior y de que haya sido la obra de un "relojero ciego", por emplear el famoso término de Richard Dawkins (Dawkins 1986). Existen demasiados hechos de la evolución que son incompatibles con dicha comprensión de la naturaleza.

Las mutaciones al azar de los genes, que constituyen el postulado básico de la teoría neodarwiniana para explicar la evolución, son, como se sabe, dañinas en la mayoría de los casos y es muy improbable que pudieran ser el origen de cambios ventajosos para el organismo. Además, el nacimiento de una nueva especie exigiría una combinación altamente improbable de un número muy específico de mutaciones muy concretas. Un ejemplo es la transición evolutiva de los reptiles a los pájaros, que exigió, entre otras cosas, un desarrollo simultáneo de las plumas, unos huesos ligeros y huecos y una estructura diferente del esqueleto. En muchos casos, las formas transitorias que conducen a la formación de nuevos órganos no proporcionaría ninguna ventaja evolutiva (como sería el ejemplo de un ojo parcialmente desarrollado), e incluso supondría una carga (como un ala incompletamente formada).

Para poner las cosas aún más difíciles a los darwinianos, la naturaleza ha apoyado con frecuencia la emergencia de formas que claramente suponen una desventaja evolutiva. Por ejemplo, la hermosa cola del pavo real hace claramente que el macho sea mucho más vulnerable a los depredadores. Los darwinianos argumentan que esto se contrarresta por el hecho de que esa hermosa cola atrae a las hembras y aumenta las oportunidades de copulación y transmisión de genes. Esta explicación parece ser un esfuerzo desesperado por salvar la perspectiva materialista, a costa de tener que admitir a cambio que las pavas pueden tener

una sensibilidad estética y artística extraordinaria. Como señaló Phillip Johnson (1993), esta situación es sin duda más compatible con el concepto de creación divina inteligente que con la teoría darwiniana, que sólo cree en las fuerzas materiales ciegas: «me parece que el pavo real y su hembra pueden ser justamente la clase de criaturas que un creador caprichoso podría favorecer, pero que un "proceso mecánico o deliberado", como la selección natural, nunca permitiría que se desarrollase».

Del análisis de los hallazgos paleontológicos pueden extraerse también importantes desafíos a la interpretación darwiniana de la evolución. A pesar de la enorme inversión en tiempo y energía realizada, los registros fósiles existentes no han podido encontrar los eslabones perdidos entre las especies. Su perfil general todavía no ha sido capaz de apoyar una sola transición de una especie a otra. La "explosión cámbrica", que supuso la aparición repentina de nuevos organismos multicelulares con esquemas corporales ampliamente diferentes, en el brevísimo período desde el punto de vista geológico de diez millones de años (el *big bang* biológico), exige claramente como explicación un mecanismo diferente al de la selección natural.

Y aún más importante es el hecho de que los argumentos expuestos contra el darwinismo y el neodarwinismo se centran sólo en los niveles anatómico y fisiológico. Son argumentos superficiales y sin importancia si se comparan con los problemas que han surgido a partir de la comprensión bioquímica de los diversos procesos de la vida. La ciencia actual ha mostrado que el secreto de la vida se encuentra en el nivel molecular. Hasta hace muy poco, los biólogos evolutivos podían despreocuparse de los detalles moleculares de la vida, porque se sabía muy poco de ellos. La enorme la complejidad de la disposición molecular responsable de las estructuras de los mecanismos que subyacen en los procesos de la vida ha dado el golpe de gracia a la teoría darwiniana. En su reciente obra *Darwin's Black Box: The Biochemical Challenge to Evolution*, Michael J. Behe (1996) demostró claramente el fracaso del pensamiento darwiniano en explicar la estructura molecu-

lar y la dinámica de la vida. El poder de sus argumentos es tan devastador que convierte el problema de la anatomía y de los registros fósiles en algo irrelevante para la cuestión de la evolución.

Existe una astronómica improbabilidad estadística de que la vida surgiera a partir de procesos químicos casuales, como claramente han demostrado científicos de la estatura del astrofísico internacionalmente conocido Fred Hoyle o el codescubridor de la estructura del ADN Francis Crick. La existencia de más de 200.000 proteínas que tienen funciones bioquímicas y fisiológicas altamente especializadas en los organismos representa por sí misma un problema insuperable. Fred Hoyle (1983) halló la solución a este dilema al suscribir la teoría de la *panspermia*, según la cual, los microorganismos se distribuyen a través del universo y llegaron a nuestro planeta en un recorrido interestelar, posiblemente en la cola de un cometa. Hoyle concluyó que la vida es «un fenómeno cosmológico, quizá el aspecto más fundamental del universo».

Francis Crick (1981) fue incluso más lejos. Según él, para evitar sufrir daños por las condiciones extremas de los espacios interestelares, los microorganismos tuvieron que haber viajado en naves espaciales enviadas a la tierra por una civilización superior que se desarrolló en alguna parte hace miles de millones de años. La vida en nuestro planeta empezó cuando estos organismos empezaron a multiplicarse. Las hipótesis de Hoyle y de Crick no resuelven, por supuesto, el misterio del origen de la vida; simplemente lo sitúan en otro tiempo y lugar. Ambos evitan el problema de cómo surgió originalmente la vida.

El teórico de la información H. Jockey (1992), que había intentado calcular la probabilidad matemática del origen espontáneo de la vida, llegó a la conclusión de que la información que se necesita para que empiece la vida no pudo haberse desarrollado por azar. Él ha sugerido que la vida sea considerada un dato dado, al igual que la materia o la energía. En base a las pruebas científicas existentes, es muy poco probable que el origen de la vida en nuestro planeta y el desarrollo de su rica variedad de especies sean el resultado de fuerzas mecánicas casuales. Es difícil imagi-

nar que ocurrieran sin la intervención y participación de una inteligencia cósmica superior.

Esto nos lleva al punto más crítico de nuestra exposición: la afirmación de la ciencia materialista de que la materia es la única realidad y de que la conciencia es producto de ella. Esta tesis se ha presentado a menudo con gran autoridad como un hecho científico probado más allá de cualquier duda razonable. Sin embargo, cuando se somete a un examen más riguroso, se hace obvio que no es, y nunca lo ha sido, una afirmación científica seria, sino un postulado metafísico disfrazado. Es una afirmación que no puede probarse y que, por tanto, carece del requisito esencial de la hipótesis científica: concretamente que sea comprobable.

Conciencia y materia

La brecha que existe entre la materia y la conciencia es tan radical y profunda que es difícil imaginar que la conciencia pueda simplemente emerger como un epifenómeno a partir de la complejidad de los procesos materiales del sistema nervioso central. Poseemos bastantes pruebas, clínicas y experimentales, que muestran las profundas correlaciones entre la anatomía, la fisiología y la bioquímica del cerebro por una parte, y los procesos conscientes por otra. Sin embargo, ninguno de estos descubrimientos demuestra inequívocamente que la conciencia sea generada por el cerebro. El origen de la conciencia a partir de la materia se asume simplemente como un hecho obvio y evidente por sí mismo, fundándose en la creencia de la primacía de la materia en el universo. En toda la historia de la ciencia, nadie ha ofrecido nunca una explicación verosímil de cómo podría generarse la conciencia por procesos materiales, y ni siquiera nadie ha sugerido un enfoque viable al problema. La actitud que la ciencia occidental ha adoptado respecto a este tema tiene semejanza con una famosa historia sufí. En una noche oscura, un hombre está gateando a la luz de un candelabro. Otro hombre le ve y le pregunta:

–¿Qué estás haciendo? ¿Estás buscando algo?

El hombre responde que está buscando una llave que ha perdido y el recién llegado se brinda a ayudarle. Después de un rato de esfuerzo conjunto e infructuoso, el que se ofreció a ayudar se siente confundido y necesita más aclaraciones.

–¡No veo nada! ¿Dónde la perdiste? –pregunta. La respuesta es muy sorprendente; el propietario de la llave señala con el dedo una zona oscura fuera del círculo iluminado por la lámpara y farfulla entre dientes:

–¡Por allí!

La persona que se ofreció a ayudarle queda desconcertada y sigue preguntando:

–¿Por qué estás buscando entonces aquí y no allí?

–Porque aquí hay luz y puedo ver. Allí, ¡no tendría ninguna posibilidad!

De igual modo, los científicos materialistas han evitado sistemáticamente el problema del origen de la conciencia, porque este enigma no puede resolverse dentro del contexto de su marco conceptual. Ha habido casos en los que algunos investigadores pretendieron haber encontrado la respuesta al problema de la conciencia-cerebro, pero estos esfuerzos no soportan un examen más detallado. El ejemplo más reciente de este tipo es el libro sobre el que se ha hecho una gran publicidad, *The Astonishing Hypothesis* del físico y bioquímico británico Francis Crick (1994), premio Nobel y codescubridor con James Watson de la estructura química del ADN. Al leer su libro, "la hipótesis asombrosa" resulta no ser más que una repetición del postulado metafísico básico de la ciencia materialista: «usted, sus alegrías y penas, sus recuerdos y ambiciones, su sentido de identidad personal y de libre albedrío, no son de hecho sino el comportamiento de un vasto conjunto de células nerviosas y de moléculas asociadas con ellas».

En el tratamiento concreto del asunto, Crick simplifica primero el problema de la conciencia reduciéndola al proceso de percepción visual. Después procede a revisar una larga lista de ex-

perimentos que muestran que el acto de la percepción visual está asociado a las actividades de la retina y de las neuronas pertenecientes al sistema óptico. Esto no es nada nuevo; desde hace tiempo se ha sabido que ver un objeto implica una serie de cambios químicos y eléctricos en la retina, en el tracto óptico y en el córtex suboccipital. El estudio y el análisis más refinado y detallado de estos procesos no contribuye en absoluto a la solución del misterio esencial. ¿Qué es lo que es capaz de transformar los cambios químicos y eléctricos del córtex cerebral en una experiencia consciente que guarda una semejanza razonable con el objeto observado?

Lo que la ciencia materialista nos quiere hacer creer es que es posible que el cerebro en sí mismo tenga de algún modo la capacidad de traducir estos cambios químicos y eléctricos a una percepción consciente subjetiva del objeto material observado. La naturaleza del proceso y del mecanismo capaces de llevar a cabo esta operación se escapan a cualquier análisis científico. La afirmación de que algo así sea posible es una conjetura absurda y sin fundamento, basada en unsesgo metafísico más que en una afirmación científica apoyada en pruebas sólidas. El libro de Crick facilita una lista impresionante de pruebas experimentales de correlaciones entre la conciencia y los procesos neurofisiológicos, pero evita el tema central y fundamental. Volvemos así a la historia sufí ya mencionada.

La idea de que la conciencia sea un producto del cerebro no es, naturalmente, del todo arbitraria. Al igual que Crick, sus defensores, para sostener su posición, se remiten a los resultados de muchos experimentos neurológicos y psiquiátricos y a un gran volumen de observaciones clínicas concretas en el campo de la neurología, la neurocirugía y la psiquiatría. Cuando desafiamos esta creencia profundamente enraizada, ¿significa que dudamos de que estas observaciones sean correctas? La evidencia de que existe una estrecha conexión entre la anatomía del cerebro, la neurofisiología y la conciencia es algo abrumadoramente incuestionable. Lo que es problemático no es la naturaleza de las prue-

bas presentadas, sino la interpretación de los resultados, la lógica de la argumentación y las conclusiones extraídas de dichas observaciones.

Aunque estos experimentos muestran claramente que la conciencia está estrechamente conectada con los procesos neurofisiológicos y bioquímicos del cerebro, éstos tienen muy poca influencia en la naturaleza y el origen de la conciencia. De hecho, existen bastantes pruebas que sugieren exactamente lo contrario; concretamente, que en ciertas circunstancias la conciencia puede funcionar con independencia de su sustrato material y puede realizar funciones que van mucho más allá de las capacidades del cerebro. Esto queda claramente ilustrado por la existencia de las experiencias fuera del cuerpo. Éstas pueden producirse de forma espontánea, o en una variedad de situaciones que las facilitan, como el trance chamánico, las sesiones psicodélicas, la hipnosis, la psicoterapia vivencial y especialmente las situaciones cercanas a la muerte.

En todas estas situaciones la conciencia puede separarse del cuerpo y mantener su capacidad sensorial, al mismo tiempo que puede desplazarse libremente a lugares cercanos y remotos. Son particularmente interesantes las "experiencias extracorpóreas verídicas", en las que una verificación independiente demuestra la exactitud de percepción del entorno en estas circunstancias. Existen muchos otros tipos de fenómenos transpersonales que pueden procurar una información precisa sobre diversos aspectos del universo que previamente no habían sido recibidos ni registrados en el cerebro.

Examinemos ahora más de cerca las observaciones clínicas relevantes y los experimentos de laboratorio, así como las interpretaciones de las pruebas aportadas por la ciencia tradicional. No hay duda de que existen diversos procesos del cerebro que están íntimamente asociados y relacionados con cambios específicos de la conciencia. Un golpe en la cabeza que produce una conmoción cerebral o una compresión de las arterias carótidas que limita el suministro de oxígeno al cerebro pueden producir una pérdida de conciencia. Una lesión o un tumor en el lóbulo tem-

poral del cerebro a menudo viene acompañado por cambios muy característicos de la conciencia, que son sorprendentemente diferentes a los que se observan en personas con procesos patológicos en el lóbulo prefrontal. Las diferencias son tan netas que pueden ayudar al neurólogo a identificar la zona del cerebro afectada por el proceso patológico. A veces, una buena intervención de neurocirugía puede corregir el problema y la experiencia consciente vuelve a ser normal.

Estos hechos suelen presentarse como pruebas determinantes de que el cerebro es el origen de la conciencia humana. A primera vista, estas observaciones podrían parecer impresionantes y convincentes. Sin embargo no se sostienen cuando se someten a un examen más detallado. A lo sumo, todo lo que estos datos demuestran inequívocamente es que los cambios de la función cerebral están íntima y específicamente conectados con cambios de la conciencia. Sin embargo dicen muy poco sobre la naturaleza de la misma y sobre su origen, dejando estos problemas totalmente abiertos. Es clara la posibilidad de pensar entonces en una interpretación alternativa que se serviría de los mismos datos, pero que llegaría a diferentes conclusiones.

Esto puede ilustrarse si consideramos la relación que existe entre el aparato y el programa de televisión. La situación aquí es mucho más clara, puesto que implica un sistema fabricado por el hombre e incomparablemente más sencillo. La recepción final del programa de televisión, así como la calidad de la imagen y del sonido, dependen esencialmente del funcionamiento adecuado del aparato de televisión y de la integridad de sus componentes. Un mal funcionamiento de sus diversas partes tendría como consecuencia cambios muy claros y concretos en la calidad del programa. Algunos de ellos provocan distorsiones de forma, color o sonido, mientras que otros producen interferencias entre los canales. Al igual que el neurólogo que se sirve de los cambios de la conciencia como herramienta de diagnóstico, un experto en televisores puede inferir de la naturaleza de estas anomalías qué partes del aparato y qué componentes específicos están funcio-

nando mal. Cuando el problema está identificado, la reparación o la sustitución de estos elementos corregirán las distorsiones.

Puesto que conocemos los principios básicos de la tecnología de la televisión, para nosotros es obvio que el aparato simplemente sirve como instrumento del programa y no lo genera ni contribuye a él en absoluto. Podríamos reírnos de alguien que intentase examinar todos los transistores, transmisores y circuitos del aparato de televisión y analizar todos sus cables para intentar descubrir cómo crea los programas. Incluso si llevásemos a cabo este inútil esfuerzo a nivel molecular, atómico y subatómico, no encontraríamos ninguna explicación de por qué, en un determinado momento, los dibujos animados de Mickey Mouse, un episodio de *Star Trek* o una película clásica de Hollywood aparecen en la pantalla. El hecho de que exista una estrecha correlación entre el funcionamiento del aparato de televisión y la calidad del programa no significa necesariamente que todo el secreto del programa se halle en el aparato mismo. Sin embargo, éste es exactamente el tipo de conclusión que la ciencia materialista tradicional extrajo de datos comparables sobre el cerebro y su relación con la conciencia.

La ciencia materialista occidental no ha sido pues capaz de producir ninguna prueba convincente de que la conciencia sea un producto de los procesos neurofisiológicos del cerebro. Sólo ha podido mantener su posición actual resistiéndose, censurando e incluso ridiculizando un vasto conjunto de observaciones que indican que la conciencia puede existir y funcionar con independencia del cuerpo y de los sentidos físicos.

Las pruebas de ello proceden de la parapsicología, la antropología, la investigación sobre el LSD, la psicoterapia vivencial, la tanatología y el estudio de los estados no ordinarios de conciencia que se producen espontáneamente. Todas estas disciplinas han reunido una impresionante cantidad de datos que demuestran claramente que la conciencia humana es capaz de hacer muchas cosas que el cerebro (tal como lo entiende la corriente dominante de la ciencia) posiblemente no podría hacer.

Ciencia y religión

La autoridad que tiene la ciencia materialista en la sociedad actual ha hecho del ateísmo la ideología más influyente del mundo industrial. Aunque en las últimas décadas esta tendencia parece estar invirtiéndose, es cierto que el número de personas que practican seriamente una religión y se consideran a sí mismos "creyentes" ha disminuido considerablemente con el progreso científico. A causa del espejismo que la ciencia materialista ejerce sobre las sociedades industriales, incluso a los creyentes suele serles difícil evitar la influencia socavadora y desacreditadora que la ciencia occidental tiene sobre la religión. Es algo muy generalizado en las personas que tienen una formación religiosa rechazar cualquicr tipo de religión cuando reciben una educación científica, porque empiezan a considerar cualquier inclinación espiritual como algo primitivo e indefendible.

La religión organizada, privada de su componente vivencial ha perdido en gran medida la conexión con su fuente espiritual y, como consecuencia, se ha convertido en algo vacío, sin sentido y cada vez más irrelevante en nuestra vida. En muchos casos, la espiritualidad viva y vivida basada en una profunda experiencia personal ha sido sustituida por el dogmatismo, el ritualismo y el moralismo. Los partidarios más beligerantes de la corriente dominante de la religión insisten en creer literalmente en las versiones exotéricas de los textos espirituales, que parecen infantiles y groseramente irracionales para la mente moderna y cultivada. A esto se añaden las posiciones insostenibles que mantienen las autoridades religiosas sobre algunos temas importantes de la vida actual. Por ejemplo, negar a las mujeres el derecho al sacerdocio vulnera los valores democráticos, e insistir en la prohibición de la contracepción frente a peligros como el sida y la explosión demográfica es una actitud absurda e irresponsable en sumo grado.

Si consideramos las descripciones del universo, la naturaleza y los seres humanos que ha desarrollado la ciencia materialista,

es claro que se hallan en agudo contraste con las descripciones ofrecidas por las Escrituras de las grandes religiones del mundo. Si se toman literalmente y se juzgan conforme a los criterios de las diversas disciplinas científicas, las historias de la creación del mundo, el origen de la humanidad, la inmaculada concepción, la muerte y renacimiento de personajes divinos, la tentación por parte de fuerzas diabólicas, y el juicio a los muertos pertenecen a la esfera de los cuentos de hadas o a los manuales de psiquiatría. Además, sería muy difícil reconciliar conceptos como la Conciencia Cósmica, la reencarnación o la iluminación espiritual con los principios básicos de la ciencia materialista. Sin embargo, no es imposible tender un puente para cruzar el abismo existente entre ciencia y religión, si se entiende a ambas correctamente.

Como hemos visto, gran parte de la confusión en este campo se debe a los graves errores que existen en relación con la naturaleza y función de la ciencia y de las teorías científicas. Lo que se presenta como refutación científica de realidades espirituales a menudo se basa en una argumentación científica más que en pruebas científicas. Una fuente suplementaria de problemas innecesarios con respecto a la religión es la comprensión y la interpretación totalmente equivocadas del simbolismo espiritual de las escrituras sagradas. Este enfoque es característico de los movimientos fundamentalistas de las principales religiones.

Cuando chocan el cientificismo y el fundamentalismo, ninguno de los dos parece darse cuenta de que muchos de los pasajes de las escrituras espirituales a cuyo alrededor gira la controversia no deben entenderse como referencias a personajes, lugares geográficos y acontecimientos históricos concretos, sino como descripciones de experiencias transpersonales. Las descripciones científicas del universo y las historias de los textos religiosos no hacen referencia a las mismas realidades ni compiten por el mismo territorio. Como señaló con su estilo inimitable el mitólogo Joseph Campbell, «la inmaculada concepción no es un problema para los ginecólogos y la tierra prometida no es una propiedad inmobiliaria».

El hecho de que los astrónomos modernos no hayan encontrado imágenes de Dios y de los ángeles en las fotografías realizadas con los mejores telescopios no es una prueba científica de que no existan. Igualmente, nuestro conocimiento de que el interior de la Tierra consiste en hierro y níquel líquidos no constituye ninguna prueba contra la existencia del mundo subterráneo y del infierno. El simbolismo espiritual describe con precisión acontecimientos y realidades que experimentamos en estados holotrópicos de conciencia y no se refieren a sucesos en el mundo material de nuestra realidad ordinaria. Aldous Huxley lo dejó muy claro en su excelente ensayo *Cielo e infierno* (Huxley 1959). El único campo que es capaz de abordar el problema de la espiritualidad de forma científica es, por tanto, la investigación sobre la conciencia centrada en la exploración sistemática e imparcial de los estados no ordinarios de conciencia.

Muchos científicos utilizan el marco conceptual de la ciencia contemporánea de una forma que más que ciencia parece una religión fundamentalista. La confunden con una descripción definitiva de la realidad y la complementan de forma autoritaria para censurar y suprimir todas las observaciones que desafían sus postulados básicos. La visión del mundo de la ciencia materialista es claramente incompatible con las tecnologías de las religiones organizadas, y la autoridad de que disfruta la ciencia en nuestra sociedad colabora sin duda a mantener su posición. Puesto que la mayoría de las personas que pertenecen a nuestra cultura no son conscientes de la diferencia que existe entre religión y espiritualidad, la influencia destructiva de este tipo de "ciencia" afecta no sólo a la religión, sino que se extiende a la actividad espiritual de cualquier tipo. Si queremos tener claridad en lo que se refiere a los temas básicos implicados en este conflicto, es esencial establecer una clara distinción, no sólo entre ciencia y cientificismo, sino entre religión y espiritualidad.

Espiritualidad y religión

El no distinguir entre espiritualidad y religión es probablemente la causa más importante del malentendido que existe en la relación entre ciencia y religión. La espiritualidad se basa en experiencias directas de dimensiones no ordinarias de la realidad y no exige necesariamente un lugar especial ni una persona oficialmente designada para hacer de mediador en el contacto con lo Divino. Implica un tipo especial de relación entre la persona y el cosmos y es, en esencia, un asunto personal y privado. Los místicos basan sus convicciones en una evidencia vivencial. No necesitan ni iglesias ni templos; el contexto en el que experimentan las dimensiones sagradas de la realidad, incluida su propia divinidad, lo forman su cuerpo y la naturaleza. Y en lugar de sacerdotes oficiantes, necesitan el apoyo de un grupo de buscadores como ellos o la guía de un maestro que esté más avanzado que ellos mismos en su viaje interior.

En la cuna de todas las grandes religiones podemos encontrar experiencias visionarias de sus fundadores, profetas, santos o incluso de seguidores ordinarios. Todas las escrituras espirituales principales, como los vedas, las upanishads, el canon pali budista, la biblia, el corán, el *Libro de Mormón*, y muchas otras se basan en revelaciones directas personales. Una vez que la religión se organiza, con frecuencia pierde por completo la conexión con su fuente espiritual y se convierte en una institución secular que explota las necesidades humanas espirituales sin satisfacerlas. Por el contrario, crea un sistema jerárquico centrado en la consecución de poder y control, en la política, el dinero, las posesiones u otros intereses profanos.

La religión organizada es una actividad de grupo institucionalizada que se desarrolla en un lugar concreto –un templo o una iglesia– y conlleva un sistema de funcionarios designados que pueden haber tenido o no experiencias personales de realidades espirituales. La jerarquía religiosa tiende a desalentar y a suprimir activamente las experiencias espirituales directas de sus

miembros, porque éstas potencian la independencia y no pueden ser controladas eficazmente. Cuando esto sucede, la auténtica vida espiritual continúa sólo en las ramas místicas, las órdenes monásticas y las sectas extáticas de las religiones concernidas.

No hay duda alguna de que los dogmas de las religiones organizadas se hallan generalmente en conflicto fundamental con la ciencia, tanto si esta ciencia utiliza el modelo cartesiano-newtoniano como si está anclada en el paradigma emergente. Sin embargo, la situación es muy diferente en lo que concierne a las experiencias espirituales. En los últimos veinticinco años, el estudio sistemático de estas experiencias se ha convertido en el centro principal de una disciplina especial llamada psicología transpersonal. Las experiencias espirituales, al igual que cualquier otro aspecto de la realidad, pueden ser estudiadas científicamente; no hay nada de acientífico en el estudio riguroso e imparcial de estos fenómenos y de los retos que suponen para la comprensión materialista del mundo. La cuestión fundamental a este respecto es la naturaleza y el estatus ontológico de las experiencias místicas. ¿Revelan verdades profundas de algunos aspectos básicos de la existencia o son productos de la superstición, la fantasía o la enfermedad mental?

El principal obstáculo para el estudio de las experiencias espirituales es el hecho de que la psicología y la psiquiatría tradicionales se hallan dominadas por una filosofía materialista y carecen de una genuina comprensión de la religión y de la espiritualidad. En su rechazo enfático de la religión, no establecen ninguna distinción entre las creencias populares primitivas o las interpretaciones literales de los fundamentalistas sobre las escrituras sagradas, por una parte, y las elaboradas tradiciones místicas o las filosofías espirituales orientales, por otra. La ciencia materialista occidental ha rechazado indiscriminadamente cualquier concepto y actividad espiritual, incluidos los basados en siglos de exploración introspectiva sistemática de la psique. Muchas de las grandes tradiciones místicas desarrollaron métodos específicos para inducir experiencias espirituales y combinaron

la observación y la especulación teórica de un modo muy similar a como las lleva a cabo la ciencia moderna.

Un ejemplo extremo de esta falta de discriminación es el rechazo por parte de la ciencia occidental del tantra, un sistema que brinda una visión espiritual extraordinaria de la existencia, en el contexto de una visión científica del mundo muy completa y compleja. Los eruditos tántricos desarrollaron una comprensión profunda del universo que ha sido validada de muchas formas por la ciencia moderna. Incluía complicados modelos del espacio y del tiempo, el concepto del *big bang* y elementos como el sistema heliocéntrico, la atracción interplanetaria, la forma esférica de la tierra y de los planetas y la entropía.

Entre otros logros del tantra pueden mencionarse las matemáticas avanzadas y la invención del sistema decimal con el cero. El tantra también poseía una teoría psicológica profunda y un método existencial basado en mapas del cuerpo sutil o cuerpo energético, que comprende centros psíquicos (*chakras*) y conductos (*nâdîs*). También desarrolló un arte espiritual altamente refinado, tanto abstracto como figurativo, y un complejo sistema ritual (Mookerjee y Khanna 1977).

La perspectiva psiquiátrica sobre la religión

Según los científicos académicos occidentales, el mundo material constituye la única realidad y cualquier forma de creencia espiritual refleja una carencia de educación, superstición primitiva, pensamiento mágico o regresión a las pautas infantiles de funcionamiento. Ellos no sólo refutan la creencia en cualquier forma de existencia después de la muerte, sino que también la ridiculizan a menudo. Desde una perspectiva materialista, parece absolutamente claro e incuestionable que la muerte del cuerpo, particularmente la del cerebro, constituye el fin de cualquier forma de actividad consciente. La creencia en el viaje póstumo del alma, en otra vida o en la reencarnación, no es más que el pro-

ducto del deseo de las personas incapaces de aceptar el obvio imperativo biológico de la muerte.

En nuestra cultura se califica de enfermos mentales a las personas que tienen experiencias directas de realidades espirituales. La mayoría de los psiquiatras no establecen ninguna distinción entre experiencias místicas y experiencias psicóticas, y consideran ambas categorías como manifestaciones de la psicosis. La declaración más amable sobre el misticismo que se haya hecho hasta el presente por parte de los círculos académicos oficiales fue la afirmación del Comité de Psiquiatría y Religión del Grupo para el Progreso de la Psiquiatría titulada "Misticismo: ¿Búsqueda espiritual o trastorno psíquico?". Este documento, que fue publicado en 1976, admitió que el misticismo podía ser un fenómeno a caballo entre la normalidad y la psicosis.

En el clima actual, a los científicos de formación convencional le parece absurda incluso la sugerencia de que las experiencias espirituales merezcan un estudio sistemático y deban ser examinadas de una forma crítica. Mostrar un serio interés en este campo puede ser considerado por sí mismo como signo de tener una pobre discriminación y hace palidecer la reputación del investigador profesional. En la actualidad no existe ninguna "prueba" científica de que la dimensión espiritual no exista. La refutación de su existencia es esencialmente un postulado metafísico de la ciencia occidental, basado en una aplicación incorrecta de un paradigma periclitado. De hecho, el estudio de los estados holotrópicos en general, y de las experiencias transpersonales en particular proporciona datos más que suficientes para postular que la existencia de dicha dimensión tiene sentido (Grof 1985, 1988).

En la cuna de todas las grandes religiones del mundo han existido intensas experiencias personales de los visionarios que iniciaron y sostuvieron dichos credos religiosos: las epifanías divinas de los profetas, de los místicos y de los santos. Estas experiencias, que revelan la existencia de dimensiones sagradas de la realidad, constituyeron la inspiración y la fuente vital de todos los movimientos religiosos. Meditando bajo el árbol Bo, Gauta-

ma Buda tuvo una experiencia visionaria espectacular de Kama Mara, el amo de la ilusión del mundo, así como de sus tres seductoras hijas, que intentaban distraerle de su búsqueda espiritual, junto con su amenazador ejército que se esforzaba por intimidarle e impedirle alcanzar la iluminación. Él superó con éxito todos estos obstáculos y alcanzó la iluminación y el despertar espiritual. En otra ocasión, Buda también tuvo la visión de una larga cadena de sus encarnaciones anteriores y experimentó una profunda liberación de sus vínculos kármicos.

El "viaje milagroso" de Mahoma, poderoso estado visionario durante el que el arcángel Gabriel le escoltó a través de los siete cielos musulmanes, el paraíso y el infierno, fue la inspiración esencial del corán y de la religión islámica. En la tradición judeocristiana, el Antiguo Testamento ofrece un relato espectacular de la experiencia que tuvo Moisés de Yahvé en la zarza ardiente, y el Nuevo Testamento describe las tentaciones de Jesús por el diablo durante su estancia en el desierto. Igualmente, la visión enternecedora de Cristo por parte de Saulo [más tarde san Pablo] en el camino de Damasco, la revelación apocalíptica de san Juan en su cueva de la isla de Patmos, la visión de Ezequiel del carro envuelto en llamas y otros muchos episodios son claramente experiencias trascendentes en estados no ordinarios de conciencia. La biblia describe muchos ejemplos más de comunicación directa con Dios y con los ángeles. Las descripciones de las tentaciones de san Antonio y de las experiencias visionarias de otros santos y padres del desierto constituyen partes muy bien documentadas de la historia del cristianismo.

Los psiquiatras occidentales interpretan dichas experiencias visionarias como manifestaciones de graves enfermedades mentales, aunque carecen de la explicación médica adecuada y de los datos de laboratorio que apoyen esta posición. La mayoría de los textos psiquiátricos contienen artículos y libros que exponen que sería más apropiado un diagnóstico clínico para las grandes figuras de la historia espiritual. A san Juan de la Cruz se le ha llamado "degenerado hereditario", santa Teresa de Jesús ha sido des-

preciada como psicótica histérica y las experiencias místicas de Mahoma se han atribuido a la epilepsia.

Muchos otros personajes religiosos y espirituales, como Buda, Jesús, Ramakrishna y Sri Ramana Maharshi han sido considerados como personas que sufrían psicosis a causa de sus experiencias visionarias y sus "delirios". Igualmente, algunos antropólogos de formación tradicional han propuesto que los chamanes puedan ser diagnosticados como esquizofrénicos, psicóticos, epilépticos o histéricos. El famoso psicoanalista Franz Alexander, conocido como uno de los fundadores de la medicina psicosomática, escribió un artículo en el que incluso la meditación budista era descrita en términos psicopatológicos y calificada como "catatonía artificial" (Alexander 1931).

Religión y espiritualidad han sido fuerzas extremadamente importantes en la historia de la humanidad y de la civilización. Si las experiencias visionarias de los fundadores de religiones no hubieran sido otra cosa que productos de una patología cerebral, sería difícil explicar el profundo impacto que han ejercido sobre millones de personas a lo largo de siglos, así como la gloriosa arquitectura, pinturas, esculturas y literatura que han inspirado. No existe una sola cultura antigua o preindustrial en la que los ritos y la vida espiritual no hayan desempeñado un papel fundamental. El enfoque actual de la psicología y de la psiquiatría occidentales no sólo "patologiza" lo espiritual sino también la vida cultural de todos los grupos humanos a lo largo de todos los siglos, excepto la vida cultural de la élite culta de la civilización industrial occidental que comparte la misma visión materialista del mundo.

La posición oficial de la psiquiatría respecto a las experiencias espirituales también crea una notable escisión en nuestra propia sociedad. En los Estados Unidos, la religión es oficialmente tolerada, legalmente protegida e incluso promovida con buena conciencia por determinados círculos. Existe una biblia en cada habitación de cualquier hotel, los políticos honran a Dios con los labios en sus discursos y la oración colectiva es una parte institucionalizada de la ceremonia de toma de posesión del

presidente. Sin embargo, a la luz de la ciencia materialista, las personas que toman en serio las creencias religiosas de cualquier clase son personas incultas que padecen un espejismo colectivo o son emocionalmente inmaduras.

Y si alguien en nuestra cultura tiene una experiencia espiritual parecida a las que han inspirado las grandes religiones del mundo, cualquier sacerdote o pastor protestante ordinario probablemente le enviará a un psiquiatra. Ha sucedido en muchas ocasiones que personas que habían sido enviados a psiquiatras a causa de sus intensas experiencias espirituales fueron hospitalizadas, sometidas a medicación de tranquilizantes o incluso a tratamientos de electrochoque y se les diagnosticó alguna psicopatología que les estigmatizaba por el resto de su vida.

Los estados holotrópicos de conciencia y la imagen de la realidad

Las diferencias de comprensión del universo, la naturaleza, los seres humanos y la conciencia entre la ciencia occidental y las sociedades antiguas y preindustriales se explica normalmente afirmando la superioridad de la ciencia materialista sobre la superstición y el pensamiento mágico primitivo de las culturas nativas. Un análisis más detallado de la situación revela que la razón de estas diferencias no es la superioridad de la ciencia occidental, sino la ignorancia y la ingenuidad de las sociedades industriales respecto a los estados holotrópicos de conciencia.

Todas las culturas preindustriales tuvieron en alta estima estos estados y emplearon mucho tiempo y energía intentando desarrollar formas efectivas y seguras de inducirlos. Poseían un profundo conocimiento de estos estados, los cultivaban sistemáticamente y los utilizaban como uno de los instrumentos principales de sus ritos y de su vida espiritual. Las visiones del mundo que tenían estas culturas no sólo reflejaban las experiencias y observaciones de los estados ordinarios de conciencia, sino también

las procedentes de los estados visionarios. La investigación actual sobre la conciencia y la psicología transpersonal ha mostrado que muchas de estas experiencias son auténticos descubrimientos de dimensiones de la realidad normalmente ocultas y que no pueden desdeñarse como distorsiones patológicas.

En los estados visionarios, las experiencias de otras realidades o de nuevas perspectivas de nuestra realidad cotidiana son tan convincentes y categóricas que las personas que las han vivido no pueden evitar incorporarlas a su visión del mundo. Así pues, es el contacto vivencial y sistemático con estados no ordinarios de conciencia por un lado, y la ausencia de ellos por otro, lo que hace que las sociedades tecnológicas y las culturas preindustriales se hallen ideológicamente tan distantes. Todavía no he encontrado a una sola persona que haya tenido una profunda experiencia de los ámbitos trascendentes y que continúe suscribiendo la visión del mundo de la ciencia materialista occidental. Esta evolución es totalmente independiente del nivel de inteligencia, del tipo y nivel de educación y de las credenciales profesionales de las personas implicadas.

Los estados holotrópicos de conciencia y la historia humana

En este libro hemos explorado con algún detalle los estados holotrópicos de conciencia, su naturaleza, su contenido y el profundo efecto que tienen en la visión del mundo, la jerarquía de valores y la estrategia de la existencia. Lo que hemos aprendido del estudio de las experiencias holotrópicas arroja una luz completamente nueva sobre la historia espiritual de la humanidad. Muestra que la espiritualidad es una dimensión fundamental de la psique humana y de su existencia, y saca la auténtica religión, basada en la experiencia directa, del contexto de la patología, a donde ha sido relegada por la ciencia materialista.

Todas las culturas de la historia humana, excepto la civiliza-

ción industrial occidental, han tenido en gran estima los estados holotrópicos de conciencia. Los inducían siempre que querían conectar con sus dioses o con otras dimensiones de la realidad, así como con las fuerzas de la naturaleza. También los utilizaban para diagnosticar y sanar, cultivar la percepción extrasensorial y obtener inspiración artística. Empleaban mucho tiempo y energía intentando desarrollar formas seguras y eficaces de inducirlos. Como describí en la introducción de este libro, estas "tecnologías de lo sagrado", técnicas alteradoras de la mente, se desarrollaron en las culturas antiguas y aborígenes con propósitos rituales y espirituales, y abarcan desde los métodos chamánicos de inducción al trance en diversas culturas indígenas hasta las prácticas prolijas de diferentes tradiciones místicas y filosofías espirituales orientales.

La práctica de estados holotrópicos se remonta al alba de la humanidad y constituye el rasgo característico más importante del chamanismo, que es la religión y el arte de sanar más antiguos del mundo. Los estados holotrópicos están íntimamente conectados con el chamanismo de muchas formas que son fundamentales. La carrera de muchos chamanes empieza con episodios espontáneos de estados visionarios, o crisis psicoespirituales que los antropólogos, con un típico prejuicio occidental, etiquetan como "enfermedad chamánica". Otros son iniciados a la profesión chamánica por chamanes practicantes, mediante experiencias similares inducidas por poderosas técnicas que alteran la mente, particularmente el toque del tambor, la producción de sonidos rítmicos, el canto, la danza o las plantas psicodélicas. Los chamanes expertos son capaces de entrar, a voluntad y de una forma controlada en estados holotrópicos. Los utilizan para sanar, obtener percepciones extrasensoriales, explorar dimensiones alternativas de la realidad y para otros fines. También pueden inducirlos en otros miembros de su tribus y guiarles adecuadamente.

El chamanismo es muy antiguo; probablemente tiene como mínimo 30.000 o 40.000 años de antigüedad; sus raíces más profundas se remontan al período paleolítico. Las paredes de cuevas

famosas del sur de Francia y del norte de España, como las de Lascaux, Font de Gaume, Les Trois Frères, Altamira y otras se hallan decoradas con hermosas imágenes de animales. La mayoría son representaciones de especies que vagaban por los paisajes de la edad de piedra, como bisontes, caballos salvajes, ciervos, cabras montesas, mamuts, lobos, rinocerontes y renos. Sin embargo, otros como la "Bestia hechicera" de Lascaux son criaturas míticas que claramente tienen un significado mágico y ritual. Y en algunas de estas cuevas existen dibujos y grabados de extrañas figuras que combinan rasgos humanos y animales, que sin duda alguna representan a antiguos chamanes. La más conocida de estas imágenes es el "El brujo" de Les Trois-Frères, una misteriosa figura compuesta de varios elementos que combina diversos símbolos masculinos. Tiene los cuernos de ciervo, los ojos de un búho, el rabo de un caballo salvaje o de un lobo, barba y pene humanos y garras de león. Otro grabado famoso de un chamán en el mismo conjunto de cuevas es el "El señor de las bestias",* que se halla en el centro de las "Las buenas tierras de caza", repletas de bellos animales. Igualmente es muy conocida la escena de caza de las paredes de Lascaux. Muestra un bisonte herido y la figura recostada de un chamán con el pene erecto. La gruta conocida como Le Gabillou alberga el grabado de una figura chamánica en movimiento a la que los arqueólogos llaman "El danzarín". Además, en el suelo arcilloso de una de las grutas, sus descubridores hallaron huellas dispuestas en círculo que sugerían que sus habitantes realizaban danzas, similares a las que todavía se llevan a cabo en muchas culturas aborígenes para inducir estados de trance.

El chamanismo no sólo es antiguo, sino que también es universal; puede encontrarse en América del Norte y del Sur, en Europa, África, Asia, Australia, Micronesia y Polinesia. El hecho de que tan diferentes culturas a lo largo de la historia humana hayan encontrado técnicas chamánicas útiles y relevantes sugiere que

* También llamado "El hombre bisonte" *(N. del T.)*.



Figura 6. El brujo de Les Trois-Frères. Una figura compuesta por diferentes elementos que combinan diversos símbolos masculinos: los cuernos de un ciervo, los ojos de un búho, el rabo de un caballo salvaje o un lobo, una barba humana y las garras de un león.

Fuente: Tomado de *The Way of the Animal Powers* de Joseph Campbell. Reproducido con la autorización de Harper Collins Publishers Inc. Copyright 1989 by Harper and Row.



Figura 7. El señor de las bestias. Figura grabada procedente de la cueva de Les Trois-Frères que representa al "señor de las bestias", una figura chamánica mitad animal mitad humana que se halla en pie en medio de las "Las buenas tierras de caza" rodeado de animales salvajes.

Fuente: Tomado de *The Way of the Animal Powers* de Joseph Campbell. Reproducido con la autorización de Harper Collins Publishers Inc. Copyright 1989 by Harper and Row.



Figura 8. Escena de caza (Lascaux). Escena de caza de una cueva de Lascaux que representa un bisonte destripado y un hombre con rasgos de pájaro y el pene erecto, muy probablemente un chamán en trance. Junto a él se halla un pájaro posado en una rama.
Fuente: Tomado de *The Way of the Animal Powers* de Joseph Campbell. Reproducido con la autorización de Harper Collins Publishers Inc. Copyright 1989 by Harper and Row.



Figura 9. El danzarín. Una figura chamánica en movimiento de la cueva llamada Le Gabillou.

Fuente: Tomado de *The Way of the Animal Powers* de Joseph Campbell. Reproducido con la autorización de Harper Collins Publishers Inc. Copyright 1989 by Harper and Row.

los estados holotrópicos implican lo que los antropólogos llaman la "mente primaria", un aspecto básico y primordial de la psique humana que trasciende la raza, el sexo, la cultura y el tiempo histórico. Las técnicas chamánicas y los procedimientos han sobrevivido hasta el día de hoy en culturas que han escapado a la profunda influencia de la civilización industrial occidental.

El ritual y la vida espiritual de la mayoría de las sociedades nativas son prácticamente sinónimo de inducción de estados holotrópicos de conciencia en el contexto de rituales de sanación y otras ceremonias sagradas celebradas con diversos propósitos y en distintas ocasiones. De especial importancia son los llamados ritos de paso, que fueron descritos y definidos por primera vez por el antropólogo holandés Arnold van Gennep (1960). Los ritos de paso son poderosos rituales que se han realizado en diversas culturas preindustriales en el momento en que se efectúan transiciones importantes biológicas y sociales, como la circuncisión, la pubertad, el matrimonio, el nacimiento de un hijo, la menopausia y la mucrtc.

Lo mismo que otros actos chamánicos, los ritos de paso se sirven de poderosas tecnologías de alteración de la mente. Los iniciados tienen profundas experiencias holotrópicas que giran alrededor de la muerte y del renacimiento psicoespiritual. Esto se interpreta como morir al viejo rol y renacer a uno nuevo. Así, por ejemplo, en una de las ceremonias más importantes de este tipo se entiende el rito de pubertad, la muerte y el renacimiento psicológico de los adolescentes, como la muerte de la niña y del niño y el nacimiento de la mujer y del hombre adultos. Una de las funciones importantes de esta clase de rituales consiste también en facilitar un acceso existencial al dominio trascendente, validar la cosmología y la mitología del grupo y establecer o mantener la conexión de la persona con otras realidades.

Los estados holotrópicos de conciencia también desempeñaron un papel fundamental en los antiguos misterios de muerte y renacimiento, acciones sagradas y secretas en las que el iniciado experimentaba una intensa transformación psicoespiritual. Estos

misterios se basaban en historias mitológicas sobre divinidades que simbolizaban la muerte y la transfiguración. En Sumeria era Inanna y Tammuz, en Egipto Isis y Osiris, y en Grecia las divinidades Atis, Adonis, Baco y Perséfone. Sus contrapartidas mesoamericanas fueron la azteca Quetzalcoatl –la Serpiente Emplumada– y los Héroes Gemelos del *Popol Vuh* maya. Estos misterios eran especialmente populares en el área mediterránea y en el Próximo Oriente, como ilustran las iniciaciones en los templos sumerios y egipcios, los misterios de Mitra, los ritos griegos en honor a Cibeles, las bacanales y los misterios de Eleusis.

Un testimonio impresionante del poder y del impacto de las experiencias que se vivían en estos ritos lo proporciona el hecho de que los misterios de Eleusis se celebraron regularmente y sin interrupción durante un período de casi dos mil años y siguen atrayendo a personas prominentes de todo el antiguo continente.

La importancia cultural de los misterios para el mundo antiguo se hace evidente cuando nos percatamos de que entre sus iniciados se hallaban muchas figuras famosas e ilustres de la Antigüedad. La lista de neófitos incluía a los filósofos Platón, Aristóteles y Epicteto, al dirigente militar Alcibíades, a los dramaturgos Eurípides y Sófocles, y al poeta Píndaro. El famoso hombre de estado Cicerón, que participó en estos misterios, escribió sobre ellos, exaltando sus efectos y su impacto en la civilización antigua, en su libro *De legibus* (Cicerón 1987).

En el telestrión, la gigantesca sala de iniciación que se hallaba en Eleusis, 3.000 neófitos reunidos experimentaban al mismo tiempo una profunda transformación psicoespiritual. La experiencia de intensos estados holotrópicos por parte de un gran número de personas, entre los que se contaban filósofos, artistas y hombres de estado prominentes, tuvo que ejercer por fuerza un extraordinario impacto en la cultura griega y, por tanto, en la historia de la cultura europea en general. Es realmente asombroso el que los historiadores hayan ignorado en gran medida este importante aspecto del mundo antiguo y no le hayan atribuido la importancia que merece.

Los detalles concretos de los procedimientos para alterar la

mente de estos ritos secretos siguen siendo en general desconocidos, aunque es probable que la poción sagrada *kykeon*, que desempeñaba un papel fundamental en los misterios de Eleusis, consistiera en un brebaje que contenía ergotamina, alcaloide similar al LSD (Wassom, Hofmann y Ruck 1978) y que ciertas sustancias psicodélicas también formasen parte de las bacanales y de otros tipos de ritos. Cualesquiera que fuesen las "tecnologías de lo sagrado" utilizadas en Eleusis, sus efectos sobre la psique de los iniciados tenían que ser suficientemente profundos para haber mantenido vivos el interés y la atención del mundo antiguo durante casi dos milenios.

Los estados holotrópicos también han desempeñado un papel importante en las grandes religiones del mundo. Antes he mencionado las experiencias visionarias de sus fundadores, que constituyeron la fuente vital de inspiración de todas las principales religiones. Aunque estas experiencias iniciales eran más o menos espontáneas y elementales, muchas de estas religiones desarrollaron en el curso de su historia elaborados procedimientos diseñados concretamente para inducir experiencias místicas. Entre ellos se hallan, por ejemplo, diferentes técnicas de yoga, las meditaciones utilizadas en vipassanâ, el zen y el budismo tibetano, así como los diversos ejercicios espirituales de la tradición taoísta y los complejos rituales tántricos. También podríamos añadir los enfoques elaborados y utilizados por los sufíes, los místicos del islam. Ellos, en sus ceremonias sagradas o *zikers*, utilizaban la respiración intensiva, los cantos devocionales y la danza en giros que facilita el trance.

En la tradición judeocristiana podemos mencionar aquí los ejercicios de respiración de los esenios y su bautismo, que incluía un semiahogamiento, la oración cristiana de Jesús (*hesicasmo*), los ejercicios espirituales de san Ignacio de Loyola y diversas prácticas cabalísticas y jasídicas. Los enfoques que tienen por objeto inducir o facilitar experiencias espirituales directas son característicos de las ramas místicas de las grandes religiones y de sus órdenes monásticas. El uso ritual de plantas y sustancias psicodélicas ha sido una tecnología particularmente eficaz para

inducir estados holotrópicos de conciencia. El conocimiento de estas poderosas herramientas se remonta a los inicios de la historia humana. En la medicina china, las referencias a las plantas psicodélicas se remontan a más de 3000 años. La poción divina legendaria que el antiguo *Zend Avesta* persa llama *haoma*, y que en la India se llama *soma*, era utilizada por las tribus indoiraníes hace varios milenios y fue probablemente uno de los fundamentos esenciales de la religión y de la filosofía védicas.

Bajo diversos nombres se han fumado e ingerido preparaciones de diferentes variedades de cáñamo (hachís, *charas*, *bhang*, *ganja*, *kif*, marihuana) en los países de Oriente, en África y en la zona del Caribe, por placer y en ceremonias religiosas. Dichas preparaciones constituyeron un importante sacramento para grupos tan diversos como los brahmanes, algunas órdenes sufíes, los antiguos escitas y los rastafaris jamaicanos.

El uso ceremonial de diversas sustancias psicodélicas también posee una larga historia en Centroamérica. Plantas alteradoras de la mente de gran eficacia fueron bien conocidas en diversas culturas indias precolombinas: aztecas, mayas, olmecas y mazatecos. Las más famosas son el cacto mejicano *peyote* (*Lophophora williamsii*), el hongo sagrado *teonanacatl* (*Psilocybe mexicana*) y el *ololiuqui*, semillas de diferentes variedades de las campanillas (*Ipomoeda violacea* y *Turbina corymbosa*). Estas sustancias han sido como sacramentos hasta hoy día por los huicholes, los mazatecos, los chichimecas, los cora y otras tribus indias mexicanas, así como por la Iglesia Nativa Americana.

La famosa *yajé* o *ayahuasca* de Suramérica es un brebaje de una liana de la selva (*Banisteriopsis caapi*) y otros aditivos a base de plantas. La zona amazónica también es conocida por el uso de una diversidad de rapés psicodélicos. Las tribus aborígenes de África ingieren e inhalan preparaciones de la corteza del iboga (*Tabernanthe iboga*). La utilizan en pequeñas cantidades como estimulante y en dosis más amplias en rituales de iniciación para hombres y mujeres. La lista de sustancias mencionadas constituye sólo una pequeña fracción de los componentes psico-

délicos que se han utilizado a lo largo de muchos siglos en la vida ritual y espiritual de diversos grupos humanos en todo el mundo.

Los estados holotrópicos en la historia de la psiquiatría

Los estados holotrópicos de conciencia desempeñaron un papel muy importante en el desarrollo de la psicología profunda y de la psicoterapia. La mayoría de los libros que describen la primera fase de la historia de este movimiento remontan sus inicios al médico y místico austríaco Franz Anton Mesmer. Aunque el mismo Mesmer atribuyó los cambios de conciencia experimentados por sus pacientes al "magnetismo animal", sus famosos experimentos de París fueron los pioneros del extenso trabajo psicológico con la hipnosis clínica. Las sesiones hipnóticas de Jean-Martin Charcot con pacientes histéricos llevadas a cabo en el hospital de la Salpetrière y la investigación sobre la hipnosis llevada a cabo en Nancy por Hippolyte Bernheim y Ambroise Auguste Liébault desempeñaron un importante papel en el desarrollo profesional de Sigmund Freud.

Durante su estancia de estudios en Francia, Freud visitó tanto a Charcot como al grupo de Nancy y aprendió a servirse de la hipnosis, que empleó en sus investigaciones iniciales sobre el inconsciente de sus pacientes. Pero los estados holotrópicos tuvieron un papel fundamental en la historia del psicoanálisis de otro modo diferente. Las primeras hipótesis analíticas de Freud estuvieron inspiradas por su trabajo con una paciente histérica a la que trató conjuntamente con su amigo Joseph Breuer. Esta paciente, a la que Freud se refiere en sus escritos como la señorita Anna O., experimentó de forma espontánea estados holotrópicos en los que regresaba psicológicamente una y otra vez a su infancia. La oportunidad de ser testigo de recuerdos traumáticos revividos en estos estados y los efectos terapéuticos de este proceso ejercieron una profunda influencia en el pensamiento de Freud.

Por diversas razones, Freud cambió después sus estrategias de

forma radical. Abandonó el uso de la hipnosis y desplazó su centro de atención de la experiencia directa a la libre asociación, de los traumas generales a las fantasías atípicas y de la vivencia consciente de antiguos episodios, junto con las reacciones emocionales ante el material surgido del inconsciente, a la dinámica de la transparencia. Considerándolos retrospectivamente, estos cambios fueron desafortunados, ya que limitaron la psicoterapia occidental y la condujeron en una dirección equivocada durante los siguientes cincuenta años (Ross 1989). Como consecuencia de esta evolución, la psicoterapia de la primera mitad de este siglo fue prácticamente sinónimo de hablar: entrevistas cara a cara, asociaciones libres en el diván y descondicionamiento conductista.

Cuando el psicoanálisis y otras formas de psicoterapia verbal cobraron impulso y reputación, el estatus del acceso vivencial y directo al inconsciente cambió espectacularmente. Los estados holotrópicos, que se habían considerado hasta entonces como algo potencialmente terapéutico y capaz de proporcionar una información válida sobre la psique humana, llegaron a ser considerados como síntomas patológicos. Desde esa época, la práctica predominante en el tratamiento de esos estados, cuando se producen espontáneamente, ha sido suprimirlos con todos los medios disponibles. Se han necesitado muchos años antes de que los profesionales empezaran a redescubrir el valor de los estados holotrópicos y de la experiencia emocional directa.

Los estados holotrópicos y la investigación actual sobre la conciencia

El renacimiento del interés profesional por los estados holotrópicos empezó a principios de los años 50, poco después del descubrimiento del LSD-25, con el inicio de la terapia psicodélica. Continuó pocos años después con nuevos desarrollos revolucionarios en la psicología y en la psicoterapia. Un grupo de psicólogos y psiquiatras estadounidenses que estaban profundamente

insatisfechos con el conductismo y con el psicoanálisis freudiano sintieron y expresaron la necesidad de una nueva orientación en sus respectivos campos. Abraham Maslow y Anthony Sutich respondieron a esta llamada y lanzaron una nueva rama de la psicología que llamaron psicología humanista. En poco tiempo, este movimiento se hizo muy popular.

La psicología humanista facilitó el contexto para el desarrollo de un amplio espectro de terapias innovadoras. Mientras que las terapias tradicionales utilizaban primordialmente los instrumentos verbales y el análisis intelectual, estas nuevas terapias llamadas vivenciales pusieron el acento en la experiencia directa y en la expresión de las emociones. También utilizaron diversas formas de trabajo corporal como parte integrante del proceso. La más conocida entre ellas, la terapia gestalt de Fritz Perls (Perls 1976), se ha popularizado desde entonces y se utiliza extensamente, particularmente fuera de los círculos académicos.

A pesar de estos desgajamientos radicales de las estrategias terapéuticas dominantes, la mayoría de las terapias vivenciales todavía se basaban en gran medida en la comunicación verbal y requerían que el cliente permaneciera en el estado ordinario de conciencia. Sin embargo, algunos de estos nuevos enfoques eran tan impactantes que podían cambiar profundamente el estado de conciencia de los clientes. Además de la terapia psicodélica pueden mencionarse, entre otras, algunas de las técnicas neoreichianas, la terapia primal, el renacimiento y el trabajo con la respiración holotrópica.

Aunque estos nuevos métodos vivenciales no han sido aceptados por la gran mayoría de los círculos académicos, su desarrollo y su utilización iniciaron un nuevo capítulo en la historia de la psicoterapia. Se hallan estrechamente relacionados con las tecnologías psicoespirituales antiguas y aborígenes que han desempeñado un papel fundamental en la historia ritual, espiritual y cultural de la humanidad. Si en el futuro fuesen aceptados y se reconociese su valor, tendrían sin duda el potencial de revolucionar la teoría y la práctica de la psiquiatría.

En la segunda mitad de este siglo, contribuciones significativas a la tecnología de la inducción de estados holotrópicos no han procedido sólo del trabajo clínico, sino también de la investigación de laboratorio. Los bioquímicos han sido capaces de identificar los alcaloides activos de muchas plantas psicodélicas y de producirlas en los laboratorios. Las más famosas de éstas son la *mescalina*, a partir del peyote, la *psilocybina* de los hongos mágicos mexicanos y la *ibogaína*, de la iboga africana. Menos conocidas, pero muy importantes, son la *harmalina* del ayahuasca, el *tetra-hidro-canabinol* (THC) del hachís y los derivados de la *triptamina* que se encuentran en los rapés sudamericanos y en las excreciones de la piel de ciertos sapos.

La investigación química también ha añadido al bagaje psicodélico el LSD-25, sustancia semisintética extremadamente potente, y un gran número de sustancias sintéticas, en especial el MDA, el MDMA (éxtasis o Adán), el 2-CB y otros derivados anfetamínicos. Esto ha permitido llevar a cabo una investigación sistemática, clínica y de laboratorio a gran escala sobre los efectos de estos componentes y estudiar los procesos fisiológicos, bioquímicos y psicológicos que producen.

Una forma muy efectiva de inducir estados holotrópicos es el aislamiento o privación sensorial, que implica una reducción significativa de los principales estímulos sensoriales. Su forma extrema consiste en la inmersión total en un gran tanque completamente oscuro y acústicamente aislado con una máscara impermeable especialmente diseñada con un tubo para respirar. Igualmente, la privación del sueño e incluso del soñar puede modificar profundamente la conciencia. La privación de los sueños sin impedirle dormir a la persona sometida al experimento puede lograrse despertándola cada vez que sus movimientos rápidos de los ojos (REM) indican que está soñando. Existen también aparatos de laboratorio que enseñan a tener sueños lúcidos.

Otro conocido procedimiento de laboratorio para modificar la mente es el *biofeedback*, método que permite guiar a la persona mediante señales electrónicas hacia ámbitos vivenciales concre-

tos caracterizados por la preponderancia de determinadas frecuencias de ondas cerebrales. Un mercado actualmente floreciente ofrece un rico espectro de aparatos para alterar la mente, que pueden inducir estados holotrópicos de conciencia combinando los estímulos acústicos, ópticos y cenestésicos. La enumeración de las nuevas vías de investigación de la conciencia no estaría completa sin una mención de la tanatología, disciplina que se centra en el estudio de las experiencias cercanas a la muerte (ECM). La investigación tanatológica ha dado origen a algunas de las observaciones más notables de todo el campo transpersonal.

El resurgimiento del interés por los estados holotrópicos del que hemos sido testigos en las últimas décadas ha generado una extraordinaria cantidad de datos revolucionarios. Investigadores de diferentes campos de la conciencia han acumulado impresionantes pruebas que desafían seriamente las teorías de la ciencia materialista en lo que concierne a la naturaleza de la conciencia. Estas pruebas dejan muy poco espacio para dudar de que la actual visión científica del mundo, que da por hecha la primacía de la materia y considera la conciencia como un producto derivado de la misma, no puede ser apoyada adecuadamente por los hechos observables.

De hecho, las observaciones de la psicología transpersonal contradicen directamente la imagen ordinaria de la conciencia como un subproducto de procesos neurofisiológicos del cerebro. La existencia de "experiencias verídicas fuera del cuerpo" en situaciones cercanas a la muerte bastarían por sí solas para acabar con este mito dominante de la ciencia materialista. Estas experiencias muestran que, en ciertas circunstancias, la conciencia desencarnada es capaz de percibir con precisión el entorno sin que intervengan los sentidos.

Lo que es probablemente más extraordinario en la situación actual es el grado en el que los círculos académicos se las han arreglado para ignorar y suprimir todas las nuevas pruebas que sacuden los presupuestos metafísicos más fundamentales de la ciencia materialista. El reconocimiento de las limitaciones de los

marcos conceptuales existentes para asimilar los nuevos datos revolucionarios impulsaron a Abraham Maslow y a Anthony Sutich, los dos fundadores de la psicología humanista, a lanzar otra disciplina psicológica que ha llegado a conocerse como psicología transpersonal. Este campo estudia todo el espectro de la experiencia humana, incluidos los estados holotrópicos, y constituye un serio intento de integrar ciencia y espiritualidad.

Conclusiones

El principal propósito de escribir este capítulo final ha sido el de establecer que la cosmología descrita en este libro no es incompatible con los hallazgos de la ciencia, sino con las conclusiones filosóficas que se han extraído inadecuadamente de estos hallazgos. Lo que desafía las experiencias y observaciones descritas en este libro no es la ciencia, sino el monismo materialista. Espero haber sido capaz de mostrar que la visión del mundo materialista descansa en un cierto número de postulados metafísicos cuestionables, que no se hallan adecuadamente sostenidos por los hechos y las pruebas científicas.

Lo que caracteriza a la verdadera ciencia es la aplicación imparcial y sin límites del método científico de investigación a cualquier campo de la realidad que lo permita, sin que importe lo absurdo que este empeño pueda parecer desde una perspectiva tradicional. Creo que los pioneros de las diversas áreas de la investigación actual sobre la conciencia han hecho exactamente esto. Han estudiado con gran valor un amplio espectro de experiencias holotrópicas y, al hacerlo, han acumulado ingentes cantidades de datos fascinantes. Muchos de los fenómenos que han observado suponen un desafío fundamental a las creencias profundamente enraizadas que durante mucho tiempo se han considerado erróneamente como hechos científicos demostrados.

Las cuatro décadas largas que he empleado en la investigación de la conciencia me han convencido de que la única forma

en que los defensores de la ciencia materialista pueden mantener su actual visión del mundo es censurando y tergiversando sistemáticamente todos los datos relativos a los estados holotrópicos. Es obvio que han utilizado con éxito esta estrategia en el pasado, ya provinieran los datos que desafiaban sus postulados de estudios históricos, religiones comparadas, la antropología o los diversos campos de la investigación actual sobre la conciencia. Esto ha ocurrido sin duda con la parapsicología, la terapia psicodélica y las psicoterapias vivenciales. La tanatología y el trabajo de alteración de la mente con técnicas de laboratorio constituyen otros ejemplos adicionales.

Estoy convencido de que no se puede continuar esa estrategia indefinidamente. Cada día que pasa se hace evidente que los postulados básicos sobre los que se asienta el monismo materialista no están adecuadamente apoyados por datos científicos. Por añadidura, actualmente está aumentando con extraordinaria rapidez la cantidad de pruebas procedentes de la investigación sobre la conciencia que tienen que ser suprimidas e ignoradas. Ya no basta con decir que las afirmaciones de la psicología transpersonal son incompatibles con la visión del mundo de la ciencia materialista. Para silenciar los desafíos conceptuales, sería necesario demostrar que las observaciones procedentes de la psicología transpersonal y de la investigación sobre la conciencia, incluidas todas las descritas en este libro, pueden ser adecuadamente integradas y explicadas en el contexto del paradigma materialista.

Dudo en serio de que los críticos materialistas convencionales tuvieran más éxito en realizar esta tarea que el que han obtenido los investigadores del campo transpersonal. He tenido el privilegio de conocer personalmente a la mayoría de ellos. Todos poseen formaciones académicas tradicionales y se han esforzado enormemente por encontrar explicaciones convencionales a sus hallazgos antes de decidirse a buscar una alternativa radical. Sé a partir de mi propia experiencia que el origen de la psicología transpersonal se debe a la dolorosa y perturbadora inadecuación

del viejo paradigma para explicar los datos y no al celo iconoclasta o al propio deleite de los investigadores.

Es importante recalcar que la cosmología descrita en este libro no se halla en conflicto con los hechos y observaciones de ninguna disciplina científica. Lo que se está cuestionando y desafiando es la exactitud de las conclusiones filosóficas extraídas de dichas observaciones. Las ideas de este libro no cambian ninguno de los datos concretos descritos por la ciencia materialista. Simplemente brindan un metamarco que va más allá de los fenómenos que conforman la realidad consensual. Según la visión materialista del mundo, el universo es un sistema mecánico que se creó esencialmente a sí mismo y la conciencia es un epifenómeno de los procesos materiales. Los hallazgos de la psicología transpersonal y de la investigación de la conciencia sugieren con suficiente certeza que el universo podría ser una creación de una inteligencia cósmica superior y que la conciencia es un aspecto esencial de la existencia.

No existen hallazgos científicos que demuestren la prioridad de la materia sobre la conciencia y la no existencia de una inteligencia creadora en el orden universal de las cosas. Si se añaden las comprensiones profundas procedentes de las investigaciones de la conciencia a los hallazgos de la ciencia materialista, se obtiene un entendimiento más completo de muchos aspectos importantes del cosmos para los que actualmente tenemos explicaciones insatisfactorias y nada convincentes. Entre estas cuestiones fundamentales se hallan la creación del universo, el origen de la vida en nuestro planeta, la evolución de las especies y la función de la conciencia.

Por otra parte, esta nueva perspectiva de la realidad incluye como parte integrante de ella el rico espectro de experiencias holotrópicas y de fenómenos relacionados con éstas. Éste es un amplio e importante ámbito de la existencia para el que la ciencia materialista no ha podido proporcionar explicaciones racionales, razonables y convincentes. Tras varios intentos repetidos y frustrantes, yo mismo he abandonado la esperanza de poder explicar

mis experiencias y observaciones en el contexto del marco conceptual que recibí durante mi formación académica. Si cualquiera de los críticos de la psicología transpersonal lograra presentar una explicación materialista que fuese convincente, sobria y realista del mundo extraordinario de las experiencias holotrópicas, yo sería el primero en felicitarle y en suscribirla.

BIBLIOGRAFÍA

Alexander, F. 1931. "Buddhist Training as Artificial Catatonia". *Psychoanalyt. Rev.* 18: 129.

Ash, S. 1967. *The Nazarene*. Nueva York: Carroll and Graf.

Aurobindo, Sri. 1976. *The Synthesis of Yoga*. Pondicherry, India: Sri Aurobindo Ashram, Publication Department. [Versión castellana: *Síntesis del yoga* (3 tomos). Buenos Aires: Ed. Kier, 1972.]

—. 1977. *The Life Divine*. Pondicherry, India: Sri Aurobindo Ashram, Publication Department.[Versión castellana: *La vida divina* (3 tomos). Buenos Aires: Ed. Kier, 1972.]

Bache, C. M. 1980. *Lifecycles: Reincarnation and the Web of Life*. Nueva York: Paragon House.

—. 1996. "Expanding Grof's Concept of the Perinatal". *Journal of Near-Death Studies* 15: 115.

—. 1997. *Dark Night, Early Dawn: Death-Rebirth and the Field Dynamics* (manuscrito no publicado).

Barrow, J. D. y Tipler, F. J. 1986. *The Anthropic Cosmological Principle*. Oxford: Clarendon Press.

Behe, M. 1996. *Darwin's Black Box: The Molecular Challenge to Evolution*. Nueva York: The Free Press.

Bohm, D. 1980. *Wholeness and the Implicate Order*. Londres: Routledge & Kegan Paul. [Versión castellana: *La totalidad y el orden implicado*. Barcelona: Kairós, 1987.]

Bolen, J. S. 1984. *Goddesses in Everywoman. A New Psychology of Women*. San Francisco: Harper & Row. [Versión castellana: *Las diosas de cada mujer*. Barcelona: Kairós, 1993.]

—. 1989. *Gods in Everyman: A New Psychology of Men's Lives and Loves*. San Francisco: Harper & Row.

Campbell, J. 1968. *The Hero with a Thousand Faces*. Princeton, NJ: Princeton University Press. [Versión castellana: *El héroe de las mil caras. Psicoanálisis del mito*. México D.F.: F.C.E., 1959.]

—. 1972. *Myths to Live By.* Nueva York: Bantam. [Versión castellana: *Los mitos. Su impacto en el mundo actual.* Barcelona: Ed. Kairós, 1994.]
Chittick, W. 1983. *The Sufi Path of Love.* Albany: State University of New York Press.
Cicerón: *De legibus.* Newburyport, MA.: Focus Information Group, Inc. [Versión castellana: *La leyes.* Madrid: Alianza Editorial, 1989.]
Crick, F. 1981. *Life Itself. Its Origin, and Nature.* Nueva York: Simon & Schuster. [Versión castellana: *La vida misma. Su origen y naturaleza.* México D.F.: F.C.E., 1988.]
—. 1994. *The Astonishing Hypothesis: The Scientific Search for the Soul.* Nueva York: Scribner. [Versión castellana: *La búsqueda científica del alma.* Madrid: Ed. Debate, 1994.]
Dante, A. 1989. *The Banquet* (C. Ryan, trans.). Saratoga, CA: Amma Libri & Co. [Versión castellana: *El convite.* Barcelona: Círculo de lectores, 1995.]
Dawkins, 1986. *The Blind Watchmaker.* Harlow, UK: Longman. [Versión castellana: *El relojero ciego.* Barcelona: Ed. Labor, 1989.]
deMause, L. 1975. "The Independence of Psychohistory." In *The New Psychohistory* (L. deMause, ed.). Nueva York: The Psychohistory Press.
Einstein, A. 1962. *Mein Weltbild.* Berlín: Ullstein Verlag. [Versión castellana: *Mi visión del mundo.* Barcelona: Tusquets Editores, 1980.]
Fromm, E. 1973. *Anatomy of Human Destructiveness.* Nueva York: Holt, Rinehart & Winson. [Versión castellana: *Anatomía de la destructividad humana.* Madrid: Ed. Siglo XXI, 1975.]
Gennep, A. van. 1960. *The Rites of Passage.* Chicago: University of Chicago Press. [Versión castellana: *Los ritos de paso.* Madrid: Taurus Ediciones, 1986.]
Goleman, D. 1995. *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ.* Nueva York: Bantam Books. [Versión castellana: *Inteligencia emocional.* Barcelona: Kairós, 1996.]
Grof, S. 1975. *Realms of the Human Unconscious: Observations from LSD Research.* Nueva York: Viking Press.
—. 1980. *LSD Psychotherapy.* Pomona, CA: Hunter House.
—. 1985. *Beyond the Brain: Birth, Death, and Transcendence in Psychotherapy.* Albania: State University of New York Press. [Versión castellana: *Psicología transpersonal. Nacimiento, muerte y trascendencia en psicoterapia.* Barcelona: Ed. Kairós, 1988.]
—. 1988. *The Adventure of Self-Discovery.* Albania: State University of New York Press.
—. 1994. *Books of the Dead: Manuals for Living and Dying.* Londres: Thames & Hudson. [Versión castellana: *Los libros de los muertos.* Madrid: Ed. Debate, 1995.]
—. 1996. "Planetary Survival and Consciousness Evolution: Psychological Roots of Human Violence and Greed". *World Futures* 47: 243.
Grof, S. y Bennett, Z. 1992. *The Holotropic Mind: The Three Levels of Human*

Consciousness and How They Shape Our Lives. San Francisco: Harper Publications. [Versión castellana: *La mente holotrópica*. Barcelona: Kairós, 1994.]

Grof, S. y Grof, C. 1980. *Beyond Death: The Gates of Consciousness*. Londres: Thames & Hudson. [Versión castellana: *Más allá de la muerte*. Madrid: Ed. Debate, 1994.]

Grof, C. y Grof, S. 1990. *The Stormy Search for the Self*. Los Angeles: J. P. Tarcher.

Hahn, T. N. 1993. "Please Call Me by My True Names". In *Collected Poems*. Berkeley, CA: Parallax Press. [Versión castellana: *La tormentosa búsqueda del ser*. Barcelona: Los libros de la liebre de Marzo, 1995.]

Harman, W. 1984. *Higher Creativity: Liberating the Unconscious for Breakthrough Insights*. Los Ángeles: J. P. Tarcher.

Hines, B. 1996. God's *Whisper, Creations Thunder: Echoes of Ultimate Reality in the New Physics*. Brattleboro, VT: Threshold Books.

Hoyle, F. 1983. *The Intelligent Universe*. Londres: Michael Joseph. [Versión castellana: *El universo inteligente*. Barcelona: Ed. Grijalbo Mondadori, 1985.]

Huxley, A. 1945. *Perennial Philosophy*. Nueva York y Londres: Harper and Brothers. [Versión castellana: *La filosofía perenne*. Barcelona: Edhasa, 1977.]

—. 1959. *The Doors of Perception* y *Heaven and Hell*. Harmondsworth, UK: Penguin Books. [Versión castellana: *Las puertas de la percepción*. Barcelona: Edhasa, 1977.]

Johnson, P. E. 1993. *Darwin on Trial*. Downer's Grove, IL: InterVarsity Press.

Jung, C. G. 1956. *Symbols of Transformation*. *Collected Works*, vol. 5, Bollingen Series XX. Princeton, NJ: Princeton University Press. [Versión castellana: *Símbolos de transformación*. Barcelona: Ed. Paidós, 1982.]

—. 1959. *The Archetypes and the Collective Unconscious*. *Collected Works*, vol. 9,1. Bollingen Series XX. Princeton, NJ: Princeton University Press. [Versión castellana: *Arquetipos e inconsciente colectivo*. Barcelona: Ed. Paidós, 1984.]

—. 1960. *Synchronicity: An Acausal Connecting Principle*. *Collected Works*, vol. 8, Bollingen Series XX. Princeton, NJ: Princeton University Press. [Versión castellana: *Sincronicidad*. Málaga: Ed. Sirio, 1986.]

—. 1973. Carta a Carl Selig, 25 de febrero de 1953. *C. G. Jung's Letters*, vol. 2, Bollingen Series XCV. Princeton, NJ: Princeton University Press.

Koestler, A. 1978. *Janus*. Nueva York: Random House. [Versión castellana: *Jano*. Madrid: Ed. Debate, 1981.]

Lao-tzu. 1988. *Tao Te Ching* (Stephen Mitchell trans.). Nueva York: Harper & Row. [Versión castellana: *El libro del Tao* (Versión de Iñaki Preciado). Madrid: Ed. Alfaguara, 1978.]

Laszlo, E. 1993. *The Creative Cosmos*. Edimburgo: Floris Books. [Versión castellana: *El cosmos creativo*. Barcelona: Kairós, 1997.]

Leibniz, G. W. von. 1951. *Monadology.* En *Leibniz: Selection* (P. P. Wiener, ed.). Nueva York: Scribner. [Versión castellana: *Monadología.* Madrid: Ed. Aguilar, 1959.]

Lovejoy, A. O. 1964. *The Great Chain of Being: A Study of the History of an Idea.* Cambridge, MA: Harvard University Press. [Versión castellana: *La gran cadena del ser.* Barcelona: Icaria Editorial, 1983.]

Maslow, A. 1964. *Religions, Values, and Peak Experiences.* Columbus, OH: Ohio State University Press.

Monroe, R., 1994. *The Ultimate Journey.* Nueva York: Garden City, NY. Doubleday. [Versión castellana: *El viaje definitivo.* Barcelona: Ed. Luciérnaga, 1995.]

Mookerjee, A. y Khanna, M. 1977. *The Tantric Way.* Londres: Thames & Hudson.

Murphy, M. y White, R. A. 1978. *The Psychic Side of Sports.* Menlo Park, CA: Addison-Wesley.

Odent, M. 1995. "Prevention of Violence or Genesis of Love? Which Perspective?" Comunicación a la XIV Conferencia Transpersonal Internacional en Santa Clara, California, junio.

O'Neill, E. 1956. *Long Day's Journey into Night.* New Haven, CT: Yale University Press. [Versión castellana: *Largo viaje hacia la noche.* Madrid: Ed. Cátedra, 1986.]

Origenes Adamantius (Orígenes). 1973. *De Principiis (On First Principles).* (G. T. Butterworth, trad.). Gloucester, MA: Peter Smith. [Versión catalana: *Tractat dels principis* (2 tomos). Barcelona: Ed. Alpha, 1998.]

Pagels, H. 1990. *The Cosmic Code.* Nueva York: Bantam Books. [Versión castellana: *El código del universo.* Madrid: Ediciones Pirámide, 1990.]

Perls, F. 1976. *The Gestalt Approach and Eye-Witness to Therapy.* Nueva York: Bantam. [Versión castellana: *El enfoque gestáltico. Testimonios de terapia.* Santiago de Chile: Ed. Cuatro Vientos, 1976.]

Pistis Sophia. 1921. (G. R. S. Mead, trad.). Londres: John M. Watkins. [Versión castellana: *Pistis sophia.* Madrid: Ed. Breogán, 1982.]

Platón. 1961a. *Laws. The Collected Dialogues of Plato.* Bollingen Series LXXI. Princeton, NJ: Princeton University Press. [Versión castellana: *Las leyes.* Madrid: Ed. Akal, 1988.]

—. 1961b. *The Republic. The Collected Dialogues of Plato.* Bollingen Series LXXI. Princeton, NJ: Princeton University Press. [Versión castellana: *La república o El estado.* Madrid: Espasa-Calpe, 1941.]

Plotinus. 1991. *The Enneads.* Londres: Penguin Books. [Versión castellana: *Eneadas* (6 tomos). Madrid: Ed. Aguilar, 1967.]

Ring, K. 1982. *Life at Death: A Scientific Investigation of the Near-Death Experience.* Nueva York: Quill.

—. 1985. *Heading toward Omega: In Search of the Meaning of the Near-Death Experience.* Nueva York: Quill. [Versión castellana: *La senda hacia el Omega.* Barcelona: Ed. Urano, 1986.]

Ring, K. y Cooper, S. 1996. "Seeing with the Senses of the Soul (Sehen mit den Sinnen der Seele)." *Esotera* 12: 16-21.

Roberts, J. 1973. *The Education of Oversoul-7*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.

Ross, C. *Multiple Personality Disorder: Diagnosis, Clinical Features, and Treatment*. Nueva York: John Wiley.

Sartre, J.-P. 1960. *The Devil and the Good Lord*. Nueva York: Alfred A. Knopf. [Versión castellana: *El diablo y el buen Dios*. Madrid: Alianza Editorial, 1995.]

Schuon, F. 1969. *Spiritual Perspectives and Human Facts*. Londres: Perennial Books.

Smith, H. 1976. *The Forgotten Truth: The Common Vision of the World's Religions*. San Francisco: Harper & Row.

Smoot, G. y Davidson, K. 1993. *Wrinkles in Time*. Nueva York: W. Morrow. [Versión castellana: *Arrugas en el tiempo*. Barcelona: Plaza & Janes Editores, 1994.]

Stevenson, I. 1966. *Twenty Cases Suggestive of Reincarnation*. Charlottesville, VA: University of Virginia Press. [Versión castellana: *Veinte casos que hacen pensar en la reencarnación*. Madrid: Ed. Mirach, 1992.]

—. 1984. *Unlearned Languages*. Charlottesville, VA: University of Virginia Press.

—. 1987. *Children Who Remember Previous Lives*. Charlottesville, VA: University of Virginia Press.

—. 1997. *Reincarnation and Biology: A Contribution to the Etiology of Birthmarks and Birth Defects*. Westport, CT: Praeger.

Tarnas, R. (en prensa). *Cosmos and Psyche: Intimations of a New World View*. Nueva York: Random House.

Thorne, K. 1994. *Black Holes and Time Warps: Einstein's Outrageous Legacy*. Nueva York: W. W. Norton. [Versión castellana: *Agujeros negros y tiempo curvo*. Barcelona: Ed. Grijalbo Mondadori, 1995.]

Traherne, T. 1986. *Centuries of Meditation*. Ridgefield, CT: Morehouse Publishers.

Wambach, H. 1979. *Life before Life*. Nueva York: Bantam. [Versión castellana: *Vida antes de la vida*. Madrid: Ed. Edaf, 1983.]

Wasson, R. G., Hofmann, A., y Ruck, C. A. P. 1978. *The Road to Eleusis: Unveiling the Secret of the Mysteries*. Nueva York: Harcourt, Brace, Jovanovich. [Versión castellana: *El camino a Eleusis. Una solución final al enigma de los misterios*. México D.F: F.C.E., 1980.]

Watson, B. (trans.). 1968. *Complete Works of Chuang Tzu*. University of Colorado Press.

Watts, A. 1966. *The Book about the Taboo against Knowing Who You Are*. Nueva York: Vintage Books. [Versión castellana: *El libro del tabú*. Barcelona: Kairós, 1972.]

—. 1969. "Murder in the Kitchen". *Playboy*, diciembre 1969. También en *Does It Matter: Essays on Man's Relation to Materiality*. Nueva York: Vintage

Books, 1968. [Versión castellana: *El gran mandala*. Barcelona: Ed. Kairós, 1971.]

Whitehead, A. N. 1929. *Process and Reality*. Nueva York: Macmillan. [Versión castellana: *Proceso y realidad*. Buenos Aires: Ed. Losada, 1947.]

—. 1967. *Science and the Modern World*. Nueva York: Free Press. [Versión castellana: *La ciencia y el mundo moderno*. Buenos Aires: Ed. Losada, 1949.]

Wilber, K. 1980. *The Atman Project: A Transpersonal View of Human Development*. Wheaton, IL: The Theosophical Publishing House. [Versión castellana: *El proyecto Atman*. Barcelona: Kairós, 1989.]

—. 1983. *A Sociable God: Brief Introduction to a Transcendental Sociology*. Nueva York: McGraw-Hill. [Versión castellana: *Un Dios sociable*. Barcelona: Kairós, 1988.]

—. 1995. *Sex, Ecology, and Spirituality: The Spirit of Evolution*. Boston: Shambhala Publications. [Versión castellana: *Sexo, ecología, espiritualidad. El alma de la evolución* (2 tomos). Madrid: Gaia Ediciones, 1996-1997.]

—. 1996. *A Brief History of Everything*. Boston: Shambhala Publications. [Versión castellana: *Breve historia de todas las cosas*. Barcelona: Kairós, 1997.]

—. 1997. *The Eye of Spirit: An Integral Vision for a World Gone Slightly Mad*. Boston: Shambhala Publications. [Versión castellana: *El ojo del espíritu*. Barcelona: Kairós, 1998.]

Williams, G. C. 1966. *Adaptation and Natural Selection*. Princeton, NJ: Princeton University Press.

Yockey, H. 1992. *Information Theory and Molecular Biology*. Cambridge: Cambridge University Press.

BIBLIOGRAFÍA DE STANISLAV GROF

- 1975. *Realms of the Human Unconscious: Observations from LSD Research.*
- 1977. (con J. Halifax) *The Human Encounter with Death.*
- 1980. *LSD Psychotherapy.*
- 1980. (Con Christina Grof) *Beyond Death: The Gates of Consciousness.* [Versión castellana: *Más allá de la muerte.* Madrid: Ed. Debate, 1994.]
- 1983. *(Compilador y editor) Ancient Wisdom and Modern Science.* [Versión castellana: *Sabiduría antigua y ciencia moderna.* Santiago de Chile: Ed. Cuatro Vientos, 1991.]
- 1985. *Beyond the Brain: Birth, Death and Transcendence in Psychotherapy.* [Versión castellana: *Psicología transpersonal. Nacimiento, muerte y trascendencia en psicoterapia.* Barcelona: Ed. Kairós, 1988.]
- 1988. (Compilador) *Human Survival & Consciousness Evolution.* [Versión castellana: *La evolución de la conciencia.* Barcelona: Ed. Kairós, 1994.]
- 1988. *The Adventure of Self-Discovery.*
- 1989. (Editor y compilador junto a C. Grof.) *Spiritual Emergency.* [Versión castellana: *El poder curativo de las crisis.* Barcelona: Ed. Kairós, 1993.]
- 1990. (Con C. Grof) *The Stormy Search for Self.* [Versión castellana: *La tormentosa búsqueda del ser.* Barcelona: Los libros de la liebre de Marzo, 1995.]
- 1992. (Con Hal Z. Bennett) *The Holotropic Mind.* [Versión castellana: *La mente holotrópica.* Barcelona: Ed. Kairós, 1994.]
- 1994. *Books of the Dead: Manuals for Living and Dying.* [Versión castellana: *El libro de los muertos.* Madrid: Ed. Debate, 1995.]
- 1998. *The Cosmic Game.* [Versión castellana: *El juego cósmico.* Barcelona: Ed. Kairós, 1999.]

ÍNDICE

SUMARIO